THE LIBRARY OF CONGRESS
1800

Class _____

Book _____

THE KATHERINE GOLDEN BITTING
COLLECTION ON GASTRONOMY

Presented by A. W. BITTING

G[illegible]

[illegible]

.pane nrm quoti-
dianū da nobis hodie:

"Give us this day our daily bread"
—the universal supplication of all people in all times and places.

LES

ENTRETIENS CULINAIRES

D'UN PERE DE FAMILLE

PAR

F. ROUVIÈRE.

Ouvrage couronné au concours de cuisine classique
(Bordeaux 1890).

Le velours et la soie éteignent le feu de la cuisine.

(FRANKLIN.)

1890.

DU MÊME AUTEUR.

Inauguration de la Société des maîtres d'hôtel et restaurateurs de Montpellier, brochure épuisée (CRISTIN, SERRE et RECOME, Montpellier).

Des Associations syndicales et de leur Fédération, brochure épuisée (BOCHIN fils, Montpellier).

Quelques conseils sur l'hygiène des cuisiniers, 1 volume in-12, 3e éditition. (J. DURAND, Bordeaux)..... ..... Prix : 1f »

Lettre sur les institutions de prévoyance, brochure épuisée (E. PERREAU, Paris).

Hygiène et Gastronomie, brochure in-12, 2e édition (SERRE et RECOME, Montpellier)..... Prix : 0f 50

Anniversaire de *La Fraternelle*, brochure contenant des notes aidant à calculer la situation exacte des Sociétés de secours mutuels (SERRE et RECOME, Montpellier)..... Prix : 0f 50

Les Prévoyants de l'Avenir, brochure épuisée (J. DURAND, Bordeaux).

PRÉFACE.

Ce livre aurait pu se passer de préface; dans le premier Entretien, j'avais, je crois, suffisamment exposé mon but; aussi, n'aurais-je écrit aucun avertissement pour le lecteur, si je n'avais voulu faire connaître comment ces Entretiens culinaires *ont vu le jour.*

Certaines amies de la maison, pour lesquelles j'ai beaucoup de considération, ayant été témoins de petites causeries sur la cuisine, entre ma jeune fille et moi, me manifestèrent l'intention d'avoir ces Entretiens. J'hésitai longtemps, l'entreprise me parut téméraire; mais, grâce à notre organe professionnel, le Bulletin de l'Association syndicale des Maîtres-d'hôtel et Restaurateurs de Bordeaux, *qui a toujours fait un favorable accueil à mes articles, je pus donner d'abord une demi-satisfaction à mes aimables solliciteuses.*

Cependant, comme l'opinion de mes amies pouvait être influencée par la bienveillante amitié dont elles m'honoraient, je ne crus pas devoir me lancer dans une publication de ce genre, et je préférai m'en tenir à quelques petits articles que je communiquais d'abord à diverses personnes vouées à l'éducation de jeunes filles. L'encouragement que j'ai rencontré auprès de Mmes les Directrices d'insti-

tution primaire et secondaire de jeunes filles, à fait taire mes premières craintes, et m'a déterminé à publier ces Entretiens culinaires.

Ce livre me paraît répondre à un besoin réel; s'il ne réussit pas, il aura, du moins, la double excuse d'avoir été conçu dans un but d'utilité et de venir au moment où les circonstances l'appelaient.

L'instruction encyclopédique qu'on donne aujourd'hui aux jeunes filles nécessitera bientôt, sans doute, un remaniement des programmes, mieux en rapport avec les besoins naturels de ces futures mères de famille. On évitera, en même temps, à nos jeunes filles, de trop grandes fatigues intellectuelles. Dans les occupations manuelles, c'est-à-dire dans les exercices pratiques culinaires, les demoiselles trouveront, en outre de leurs intérêts pécuniaires, un délassement de l'esprit et un précieux dérivatif à cette funeste surexcitation intellectuelle; et, enfin, dans la partie théorique, elles puiseront des connaissances indispensables à l'éducation de leurs enfants. L'abandon des exercices physiques par les jeunes filles, l'envahissement du luxe au détriment de la satisfaction des besoins réglés, l'amour démesuré pour cette despote et capricieuse mode, le travail intellectuel, précoce et excessif qu'on leur impose sont autant de causes d'affaiblissement pour la génération actuelle.

Cette publication n'a donc pas pour but absolu

*de faire progresser l'*Art de la gueule, *comme disait Montaigne, son but est plus noble : elle est destinée à remplir une lacune dans l'enseignement des jeunes filles qui tendent de plus en plus à se désintéresser des connaissances culinaires les plus élémentaires. Le mal, je crois, est plus grave que ne le pensent certains esprits frivoles qui manquent de réflexion et certains censeurs qui, ne voyant dans cet enseignement que le développement du sensualisme, ne peuvent se rendre suffisamment compte de l'utilité de l'art culinaire. L'enseignement culinaire peut être considéré à un double point de vue : comme* science, *par ses attaches à la médecine ou plus proprement dit à l'hygiène, avec son langage technique, ses méthodes, ses prévisions, et qui, pour se développer, a besoin de laboratoires de chimie ; et comme un* art, *par l'application et la vulgarisation des préceptes scientifiques avec un langage usuel.*

Cette brochure renfermera, au point de vue de l'enseignement de l'art culinaire, les connaissances que j'ai cru nécessaires à toutes les personnes qui se proposent de prendre un jour la direction de leur ménage ; mais mes connaissances trop limitées ne me permettront que d'effleurer l'enseignement scientifique qui ne fera de réels progrès que par la création de chaires spéciales dans les Facultés de médecine. Je tiens donc à affirmer que je n'ai pas

la prétention de publier un traité complet de cuisine, utile seulement aux personnes qui se destinent à cette carrière. Si j'avais cédé aux désirs de certaines dames, j'aurais donné plus d'extension à cette publication, mais ne m'exposais-je pas à la propre critique que j'ai faite du trop vaste programme des diverses connaissances qu'on exige des jeunes filles? J'ai préféré me limiter aux connaissances utiles, aux connaissances usuelles indiquant dans les divers chapitres la préparation des mets pour les jours d'ordinaire et celle de quelques plats pour les menus d'apparat. D'ailleurs, la personne qui aura fait une bonne étude de ces entretiens pourra elle-même préparer divers plats qui ne sont pas indiqués. Un professeur d'arithmétique n'apprend pas à son élève la solution de tous les problèmes; il cherche à faire bien comprendre les opérations qu'il enseigne et, par la réflexion, l'élève parvient à la solution de certains problèmes qu'il n'a jamais vus; il en est de même en cuisine : c'est par les diverses combinaisons raisonnées des éléments qui sont à la portée de l'ouvrier que celui-ci arrive à varier ses préparations. Il est probable que l'enseignement culinaire raisonné ne tardera pas à faire partie du programme des connaissances indispensables aux jeunes filles et donnera de meilleurs résultats pratiques que certaines connaissances exigées pour l'obtention de divers bre-

vets qui nécessitent un surmenage du cerveau. L'Académie même s'est émue des graves conséquences d'un pareil surmenage et elle a appelé l'attention des pouvoirs publics sur la gravité du mal; j'espère que les personnes à qui sera confié le remaniement des programmes et le choix des connaissances à apprendre aux jeunes filles, reconnaissant combien il est utile pour un père de famille de trouver bien préparés les aliments que son budget lui permet de consommer, tiendront à honneur d'introduire cette nouvelle matière dans l'enseignement.

LES

ENTRETIENS CULINAIRES

D'UN PÈRE DE FAMILLE.

—

PREMIER ENTRETIEN

Utilité des connaissances culinaires.

—

Mêler l'agréable à l'utile.
HORACE.

En examinant le programme de l'instruction que l'on te donne, j'ai été frappé des lacunes qu'offre cet enseignement. Je suis trop convaincu de l'utilité de l'instruction pour ne pas te faciliter l'étude des lettres, de diverses sciences, de certains arts d'agrément, mais il me semble que tes professeurs t'apprennent à imiter un peu trop le cerf de l'immortel fabuliste,

Nous faisons cas du beau, nous méprisons l'utile,
Et le beau souvent nous détruit.

. . . . . .

L'enseignement que vous recevez devrait, avant tout, se préoccuper de l'utilité et tenir compte de votre futur rôle dans la société.

Des études littéraires sérieuses répondent aux besoins intellectuels de la femme qui doit être initiée aux notions élémentaires d'hygiène, de chimie, d'histoire naturelle et connaître l'arith-

métique; mais chercher à transformer la femme en *bas-bleu*, c'est méconnaître, je crois, son rôle naturel. Je ne pense pas qu'une femme intelligente devienne pédante par l'étude des sciences, comme certains le prétendent; je crois, au contraire, que cette étude peut fortifier les facultés intellectuelles, développer le jugement et ouvrir de nouveaux horizons à la pensée. Mais n'y a-t-il pas un écueil? un enseignement scientifique trop exclusif, ne peut-il pas éloigner la femme de ses devoirs maternels et lui inspirer le dégoût du travail manuel qui lui est imposé par la nature? Il ne suffit pas à un père de faire de sa fille une femme aimable, instruite, une femme de salon, le devoir l'oblige surtout à lui donner une éducation forte, solide, en rapport avec ses futurs besoins dans le monde.

C'est elle, en effet, qui lui permettra d'envisager avec plus de calme et de confiance les diverses phases de la vie réelle. Quelles que soient vos conditions de fortune, vous êtes appelées — la plupart du moins — à devenir mères de famille, à gouverner votre ménage, et cette double et délicate mission vous impose de grands devoirs qu'on vous laisse trop souvent ignorer.

Certaines personnes prétendent bien que les filles auront le temps d'étudier leur rôle de mère, si elles ont le bonheur de le devenir un jour; mais l'ignorance des premiers devoirs maternels peut compromettre la santé de ces petits êtres chéris, de l'éducation desquels dépend toujours la joie du

ménage. Et enfin le cercle des connaissances utiles à la femme n'est-il pas suffisamment grand et varié sans chercher à l'élargir par des choses superflues? Quel talent d'observation ne faut-il pas à une mère de famille pour connaître le naturel et le génie de chacun de ses enfants, pour découvrir leur caractère, leur penchant, leur talent; pour prévenir leurs passions naissantes, pour leur inculquer les bons préceptes et les corriger de leurs fautes? Mais toutes ces qualités ne suffisent même pas à une mère de famille, elle est destinée à régler la dépense du ménage, et l'ignorance de l'économie domestique peut l'entraîner à la ruine.

L'instruction scientifique de la femme doit tenir compte de ses futures fonctions et être assez développée pour lui permettre de goûter avec plaisir les conversations du mari.

Par la lecture et la méditation de diverses publications sur l'éducation et l'hygiène des enfants, tu pourras apprendre le rôle de la femme comme mère de famille et, par de petits entretiens culinaires, je tenterai de t'initier à l'étude de la cuisine en laissant à une autre, plus autorisée que moi, le soin de compléter ton instruction sur l'économie domestique.

Ces petits entretiens qui tendent à t'inspirer quelque goût pour l'étude de la cuisine ne te seraient d'aucune utilité s'ils n'étaient suivis de quelques exercices pratiques qui te permettront d'acquérir quelques connaissances culinaires; et

cette étude pratique sera d'autant plus précieuse pour ta santé, qu'elle constituera pour toi un travail manuel dont l'utilité est indiscutable au point de vue moral et au point de vue hygiénique. A défaut de travail manuel, la jeune fille s'abandonne à la paresse, mère de l'ennui, et peut être victime de cette mollesse qui l'expose aux révoltes du corps, tandis qu'une jeune fille occupée des soins du ménage par un exercice réglé peut conserver sa gaieté, sa vigueur et obtenir un véritable perfectionnement du corps et de l'esprit. Les femmes qui s'occupent de bonne heure des choses sérieuses et utiles ne se passionnent pas comme les esprits frivoles pour la vanité et pour tant d'autres choses puériles que tu me dispenseras d'énumérer.

Enfin, la femme qui par dédain néglige son instruction culinaire, qu'elle soit appelée à préparer son alimentation ou bien à la surveiller seulement, ne tarde pas à regretter sa coupable ignorance. Certaines connaissances culinaires s'imposent donc à la maîtresse de maison, elle doit d'autant moins les ignorer, qu'elles seront pour elles un moyen précieux d'économie et qu'elles lui attireront une juste autorité sur sa cuisinière.

Une étude classique et approfondie de l'art culinaire pourrait nous offrir certaines difficultés et nous prendre beaucoup trop de temps, mais comme je ne veux pas perdre de vue le côté pratique et que je me propose simplement de te donner les connaissances indispensables à toute

femme en pareille matière, je pourrai, je l'espère du moins, faisant quelques excursions dans le domaine des sciences connexes, telles que la Physiologie, l'Hygiène, la Botanique, la Chimie, donner un peu d'attrait à ce modeste enseignement et l'inspirer quelque goût pour cette utile et intéressante étude.

Aux grands artistes culinaires nous laisserons le soin de préparer les mets recherchés de la cuisine transcendante et les grandes sauces qui ont illustré notre art; de dresser les pièces élégantes, architecturales, qui prouvent combien cet art est complexe; de perpétuer enfin la gloire de notre cuisine française, et nous nous occuperons seulement de la modeste cuisine bourgeoise, qu'une jeune dame ne peut ignorer sans compromettre ses intérêts.

A mon avis, l'utilité de certaines connaissances culinaires pour la femme est tellement évidente que je ne crains pas de dire, du moins de répéter, puisque je l'ai dit ailleurs (1), que le jour est proche où les institutions secondaires, les écoles normales, les écoles primaires, en un mot toutes les institutions de jeunes filles inscriront dans leur programme l'enseignement culinaire raisonné. C'est cet enseignement que je voudrais voir se propager rapidement à cause de son heureuse

(1) F. Rouvière, *Quelques conseils sur l'hygiène des cuisiniers*, 2e édition, p. 93. Instruction.

influence sur les mœurs, sur les divers actes de la vie et sur la longévité.

Certains hygiénistes et philosophes, ne voyant qu'une funeste passion dans l'amour de la bonne chère, incompatible, disent-ils, avec la sobriété, ont lancé des critiques aussi acerbes qu'imméritées contre cette étude ; mais sans vouloir entrer en lice avec ces écrivains, qu'il me soit permis d'affirmer ce que j'ai déjà prouvé (1), que leur conclusion est erronée ; qu'au contraire, l'euchulophile *(ami de la bonne chère)* est toujours sobre ; et il est fort regrettable que nos aïeules aient méconnu cette vérité ; elles auraient pu enseigner ces précieuses connaissances à leurs enfants, et nous pourrions aujourd'hui en récolter les meilleurs fruits.

Ne pourrait-on pas attribuer à cette éducation incomplète de filles, à l'ignorance des choses utiles, telles que les notions élémentaires de la cuisine et le principe d'économie domestique, le nombre toujours croissant de mauvais ménages dont le moraliste est effrayé? Que de fois, hélas ! le mari fatigué de la mauvaise alimentation de la maison conjugale prétexte une affaire quelconque pour faire une retraite dans le temple d'Euchuléa, que les amis de la bonne chère ont élevé à la déesse du bon goût.

---

(1) Voir *Hygiène et Gastronomie*, par F. Rouvière.

D'autres raisons hygiéniques qui nous occuperont plus tard prouvent aussi l'utilité de l'enseignement culinaire demandé par tous les hommes des diverses classes — et le nombre en est grand — qui ont eu à regretter bien souvent l'ignorance de leur femme à cet égard.

Dans le prochain entretien, nous nous occuperons de l'historique de l'art culinaire.

DEUXIÈME ENTRETIEN

Historique de l'art culinaire.

Dans toute science, ainsi que dans tout art, il y a trois parties bien distinctes : son histoire..., sa théorie..., sa pratique.
(DIDEROT).

Depuis son apparition sur notre globe, l'homme a dû, pour vivre, pourvoir à sa nourriture ; l'art que nous étudions est donc aussi ancien que l'homme. Mais, comme nous ne connaissons pas la date précise de notre origine, il n'est pas facile de déterminer celle de l'art culinaire. Le mot *culinaire* pourtant fait naître l'idée de préparation alimentaire, que l'homme n'a pu connaître qu'à l'aide du feu. Primitivement, l'homme était herbivore, mais s'adonnant bientôt à la pêche, à la chasse, au moyen des armes les plus primitives qu'il s'était faites, telles que le bâton, la fronde, l'arbalète, etc., il devint omnivore, et, grâce enfin à la découverte du feu, aux armes qu'il put se forger, l'homme put manger les viandes cuites. Il commença d'abord à les poser sur le feu ; plus tard il ne fit que les rapprocher, et c'est de cette époque que date les premiers grils et les premières broches ; mais ce ne fut qu'après la découverte de la poterie imperméable, qu'il put manger des légumes cuits et recourir aux diverses préparations des aliments. Les mythographes grecs attribuent à Keramios, fils d'Ariane et de Bacchus la découverte de la poterie, mais l'origine en est inconnue. L'histoire nous apprend pourtant que les Hébreux faisaient usage

de la poterie allant au feu puisque Esaü, en 1759 avant Jésus-Christ vendit à son frère son droit d'aînesse pour un plat de lentilles. Les Égyptiens, avant cette époque, avaient su utiliser le feu pour la préparation du pain qu'ils aimaient beaucoup, ce qui les fit appeler *artophages* par Hécatée.

Pendant longtemps l'homme resta herbivore, et nous voyons par les auteurs qui ont écrit sur ce sujet, que les Brahmanes, prêtres indiens, ne se nourrissaient que de végétaux et ne buvaient pas de vin; quiconque mangeait un autre aliment, était considéré comme impie. Les Égyptiens ne mangeaient pas de poissons et s'abstenaient de manger les animaux qu'ils adoraient, les bêtes aux pieds ronds ou digités, ou celles qui étaient privées de cornes; les Hébreux s'abstenaient, par raison hygiénique sans doute, des poissons sans écailles, et le sang, la graisse, la viande de porc leur étaient interdits. L'usage des viandes était peu répandu, et toutes celles qui étaient servies à table étaient grillées. Ce n'est que vers le douzième siècle avant Jésus-Christ, qu'Homère a parlé des viandes bouillies. Enfin, les premières sauces proprement dites, faites avec des jaunes d'œufs, sont mentionnées par Athénée, l'auteur du *Banquet des Sophistes* (1).

(1) Cet ouvrage, écrit en grec, valut à son auteur le surnom de *Varron grec*. La meilleure édition, paraît-il, du *Banquet des sophistes* ou *les sophistes à table*, est celle de Schweighœuser, Strasbourg 1801.

Elles parurent, dit cet auteur, dans le dîner que le roi Caranus offrit à ses invités le jour de ses noces, après sa rentrée en Eméthie (aujourd'hui Macédoine), qui eut lieu en 814 avant Jésus-Christ.

L'Asie, par la fertilité de son sol, la variété de ses productions, était prédestinée à devenir le berceau de l'art culinaire, et les peuples d'Orient devancèrent toutes les autres contrées, dans l'art d'apprêter les aliments. Mais, après la fondation d'Athènes par Cécrops, de Thèbes par Cadmus, toutes les diverses colonies asiatiques qui vinrent s'établir en Grèce, transmirent aux Hellènes avec la civilisation et l'écriture, cette branche de luxe culinaire, et ce peuple ne tarda pas à mettre à profit les préceptes de la bonne chère que leur donnaient leurs voisins. Les viandes grillées, qui seules jusqu'à cette époque, faisaient l'ornement des tables royales, eurent bien vite leur déclin.

L'art culinaire se développa rapidement chez les Athéniens, mais les Spartiates continuèrent à vivre sobrement, et le *brouet noir*, formé d'après certains auteurs, de sel, de vinaigre, de sang, que l'on servait avec toutes les viandes, resta longtemps fort en honneur chez eux.

Les Athéniens, même les plus sages, ne furent pas insensibles aux doux plaisirs de la table, et dans les banquets, les viandes dressées sur des tables ciselées avec beaucoup de goût et brillantes d'or, attestaient l'importance qu'on attachait à la

bonne chère. Pendant une courte période, les Grecs mangèrent sur des lits couverts de riches étoffes, et les mets découpés étaient servis très chauds par d'adroits serviteurs, mais grâce à certains philosophes qui firent entendre leurs plaintes légitimes, cet usage fut vite réformé. Les dames étaient admises à ces festins où elles arrivaient toutes parées et les soirées se prolongeaient fort longtemps, dans une conversation spirituelle. C'est de cette époque que date la science de causer; elle prit naissance dans ces somptueuses réunions athéniennes, où étaient discutés les oracles de la sagesse.

Ce qui prouve l'importance que les Grecs attachaient à la bonne chère, ce sont les précautions que l'on prenait pour rendre la cuisine agréable aux praticiens. Le sol de cette pièce légèrement incliné, était rendu très sec avec une couche de briques pilées, recouverte d'une couche épaisse de poussière de charbon, étendue à son tour d'un ciment composé de chaux, de sable, de charbon, de cendres chaudes, poli avec la pierre ponce. Les publications culinaires, qui parurent cinq siècles avant Jésus-Christ, reflètent aussi vivement le goût du siècle. La première publication que l'histoire mentionne est le *Cuisinier Sicilien*, par Mithœcus, dont il ne reste aucune trace; mais, quelques années après, vers l'an 450 avant Jesus-Christ, Archestrate, contemporain de Périclès, publiait, dans un poème resté célèbre, *la Gastronomie*, toutes les observations culinaires d'un long

voyage fait, à travers la terre et les mers, dans le but de connaître ce qu'il y avait de meilleur.

Dans un dîner donné par Danias, lieutenant de Cassandre, vers l'an 310 avant Jésus-Christ (1), nous voyons pour la première fois apparaître les farces, les pâtés, et diverses préparations culinaires qui empruntent leur autorité aux écrits hygiéniques d'Hippocrate. Pourtant, la Grèce ne connaît pas la grande cuisine, elle sacrifie beaucoup trop aux sucreries ; mais, à la panification et à la pâtisserie, les Grecs apportèrent les plus grands soins. D'après Athénée, les Grecs avaient du pain fermenté, du pain sans levain, du *sémidalite* fait avec la pure farine du froment ; du *chondrite*, avec la farine d'épeautre ; du *syncomiste*, fabriqué avec du blé moulu non bluté, du pain de seigle, de l'*orinde* fait avec du riz et une graine qui venait d'Éthiopie ; l'*etnite*, fabriqué avec de la farine et des jaunes d'œufs ; du *molet*, composé de farine, d'huile, de sel et de lait ; d'*artolaganon*, dans lequel on ajoutait un peu de vin. Selon le mode de cuisson, et les formes qu'affectaient ces pains, ils prenaient différents noms. L'*achaïnée*, pain large que l'on vendait dans les rues, était fabriqué pour les dames qui célébraient la fête de Cérès, l'*ipnite* était cuit au four et l'*escharite* était cuit sur le foyer. Sur la

---

(1) *Voyage du jeune Anacharsis*, par Barthélemy, chapitre XXV.

table des Grecs figuraient les mêmes viandes que nous mangeons aujourd'hui mais ils aimaient beaucoup le cochon de lait; les porcs étaient rôtis et étaient servis tout entiers farcis de boudins et de saucisses. Les poissons étaient fort estimés par les Grecs, surtout la tête du congre de Sicyone, les anguilles du lac Capaïs et les sardines de Phalère qu'ils mangeaient frites à l'huile et bien chaudes, la poitrine du thon et le dos de la raie.

Le règne végétal leur fournissait peu d'aliments, mais les champignons, les asperges et les concombres étaient fort en honneur. Les hors-d'œuvre étaient connus des Grecs; les olives à la saumure, les grosses raves macérées dans le vinaigre et la moutarde, étaient destinées à ces usages.

L'art culinaire resta longtemps stationnaire à Rome, et Pline nous assure que pendant deux cents ans les Romains ne recevaient sur leur table que quelques légumes et un mets connu sous le nom de *puls*, bouillie composée de farine d'orge ou d'épeautre, d'eau et de fromage. Plus tard on ajouta du miel et des œufs, mais à mesure que les Romains étendirent leurs conquêtes, ils abandonnèrent cette vie frugale, et bientôt leur gourmandise ne se contenta plus des productions de l'Italie. Dès cette époque, l'art culinaire progressa chez les Romains qui devinrent fort excentriques dans leur goût et n'attachaient de l'importance qu'aux mets qui coûtaient fort cher. Varron parle des pigeons qui, vendus ordinairement 45 francs la paire, atteï-

gnaient, quand ils étaient très beaux, dix fois cette valeur.

Columelle, qui vivait au commencement de notre ère, nous dit même qu'une paire de pigeons fut vendue 900 francs. Caton fit entendre d'éloquentes protestations contre de pareilles mœurs et s'indigna contre la vente de certains poissons, tels que les rougets qui se vendaient plus que les bœufs, etc., ce qui n'empêcha pas l'empereur Vitellius de se faire servir des cervelles de paon, de faisan, des langues d'un oiseau fort rare, le *flamblant* et des laites de lamproie. Le luxe de la salle à manger était en rapport avec les dépenses folles de la table. Lucullus eut des salons superbes auxquels il donnait le nom d'une divinité, il avait affecté à chacun d'eux un budget de dépenses spécial qui était connu de son maître d'hôtel. L'empereur Claude eut aussi le grand et somptueux salon de Mercure, mais Néron renchérit sur eux et les effaça par l'éclat merveilleux de son salon *Domus aurea* qui par un mouvement circulatoire suivait le soleil dans ses pérégrinations; la richesse des lambris qui changeaient à chaque service, représentait les diverses saisons de l'année. Et le luxe toujours croissant, Héliogobale éclipsa Néron, comme celui-ci avait éclipsé ses prédécesseurs.

Les guirlandes et les fleurs qui ceignaient le front des convives, après avoir été quelque temps interdites, reparurent avec plus d'éclat que jamais vers la fin du premier siècle avant J.-C.; les sou-

pers se prolongeaient fort tard dans la nuit et se terminaient souvent par des libations. Comme les Grecs, les Romains eurent des repas funéraires, les uns se faisaient dans la maison du mort au retour du convoi, entre ses parents, ses amis, qui faisaient éclater leur douleur; les autres étaient servis sur le tombeau même du mort et devaient servir de nourriture aux ombres errantes des morts qui sortaient de leurs tombeaux.

La cuisine, chez les Romains, avait de très grandes dépendances et la prodigalité chez les riches fut poussée si loin que, au témoignage de certains auteurs, Lucullus pour pratiquer la pisciculture avec succès avait des viviers d'eau douce, d'eau salée où il élevait beaucoup de poissons et des espèces les plus variées. Il fit même trancher une montagne pour établir le vivier qu'il désirait.

Un autre fait qui prouve la prodigalité des hommes de cette époque, c'est que Antoine le triumvir, petit-fils de l'orateur, dit Plutarque, faisait préparer à son chef de cuisine plusieurs dîners à différents degrés de cuisson afin d'avoir à toute heure les mets, prêts à être servis, au degré de bonté désirable, qui, pour lui, ne durait qu'un moment.

Une particularité fort remarquable de cette époque c'est que les invités apportaient leur serviette qui n'était jamais fournie par les amphytrions.

L'art culinaire prospéra jusqu'aux Césars et fut

fort en honneur à cette époque puisque Antoine satisfait d'un dîner qu'on lui avait servi donna, dit-on, une ville à son cuisinier ; mais comme le progrès de l'art culinaire ne peut être favorisé que par la prospérité d'un État, la gastronomie — lisez l'Euchulophilie — resta longtemps stationnaire chez les Romains. Les mœurs des Celtes, plus enclins à la guerre qu'aux doux plaisirs de la table, ne purent faciliter le développement de cet art qui prend toujours sa place à côté des lettres et des sciences. Ce peuple se conforma aux usages des Romains qui, vers l'an 154 de notre ère, firent la conquête de la Gaule. En lisant les divers auteurs qui ont écrit sur la matière on s'aperçoit que, dans le choix des mets, nos ancêtres consultaient l'ouvrage cité d'Apicius. L'invasion de ce pays par les Francs, vers la fin du cinquième siècle, mit une interruption au développement de l'art culinaire dans ce pays privilégié qui devait pourtant un jour favoriser les progrès de cet art dont l'heureuse influence sur les mœurs ne peut être méconnue.

A cette époque, la sauce principale pour toutes les viandes était formée d'achi (céleri sauvage), de genièvre, de menthe des champs, de poivre, de rue, de thym pulvérisé et incorporé dans du miel.

Pour manger le poisson, on préparait une sauce avec du bouillon, du vinaigre, du cumin, de la menthe, du miel, des noix, du poivre et de la rue. Les usages des Romains furent transmis aux Francs qui, pendant quelque temps, mangèrent

couchés sur des lits ; les tables étaient recouvertes de verdure et de fleurs destinées à flatter leur odorat et à satisfaire leur sensualisme. L'art culinaire, comme on le voit, n'avait d'autre but que de flatter les sens et ne remplissait pas le noble but qu'il doit avoir : celui de réparer le mieux possible les pertes de l'économie animale, de délasser le corps de ses travaux quotidiens, et enfin de modifier, dans certaines limites, les tempéraments prédisposés aux affections morbides. Comme tu le vois, cet art, au point de vue que je l'envisage, est fort complexe, et le cuisinier doit posséder de très grandes connaissances ; ne sois donc pas surprise s'il devient un jour, dans les écoles, l'objet d'un enseignement spécial.

L'introduction des fruits par les Romains dans la Gaule date de cette époque probablement, car nous avons peu de fruits qui n'aient été importés.

Charlemagne, dont l'influence sur les lettres et les arts fut si active et si féconde, ne pouvait rester indifférent au progrès de l'art culinaire ; aussi fut-il le premier roi qui s'occupa de la nourriture de ses sujets.

Dans ses Capitulaires il ordonne à ses régisseurs de cultiver en plantes potagères : les cardons, les carottes, les choux, les betteraves, les panais, les poireaux, la poirée, les radis et les raves ; en légumes : les fèves, les haricots, les lentilles et les pois ; en salades : le cresson alénois, le cresson de fontaine, l'endive et la laitue ; enfin pour épices :

l'ail, l'anis, le carvi, le cerfeuil, les ciboules, la coriandre, la caste, le cumin, les échalotes, le fenouil, la menthe, les oignons, le persil, la poivrette, le pouliot, la sarriette, la sauge et le sénevé. Pour donner plus de force à ses prescriptions, il ordonna de condamner à une amende toute personne qui entrerait dans un champ pour voler des légumes.

Les lentilles ne jouirent que d'une médiocre faveur pendant quelques siècles, car, s'il faut en croire Champier, auteur du seizième siècle, ce légume était donné au bétail et on n'eût point osé les servir à un homme comme il faut. Les pois, au contraire, étaient très estimés, et ne furent longtemps servis que sur la table des seigneurs et des rois qui les mangeaient au lard.

Il serait curieux d'étudier, dit le *Dictionnaire du commerce,* l'origine d'un privilège fort singulier, dont le bourreau jouissait à Paris. « Quiconque apportait à la halle des herbages ou des légumes verts, était obligé de lui payer un droit. L'exécuteur venait le percevoir lui-même, accompagné de ses valets, et à mesure qu'on le payait, les valets marquaient le dos du payeur avec la craie. » Ce privilège a subsisté jusque vers la fin du dix-huitième siècle.

Dans ses Capitulaires, Charlemagne défend aussi l'usage fort répandu chez nos ancêtres, de porter des toasts en buvant aux morts, et surtout à ceux réputés saints, et déclare incapable de témoigner en justice, fût-ce dans leur propre cause, tout homme convaincu d'ivresse. Plus tard, François Ier

augmente cette peine. Tout homme convaincu d'ivresse, dit l'édit, sera pour la première fois, condamné à la prison, au pain et à l'eau ; pour la seconde fois, au fouet entre les deux guichets, pour la troisième fois, il sera fouetté publiquement et en cas de rechute il sera banni, avec amputation des oreilles.

J'aurai pu ne pas faire cette légère digression à mon sujet, mais les usages de la table touchant de si près à l'art culinaire, j'ai voulu te montrer que les habitudes d'intempérance, hélas! sont aussi anciennes que les hommes, et que Bacchus, de tous temps, a eu de nombreux et de fervents prosélytes.

Depuis cette époque, l'Eglise défend, au temps de carême, l'usage des volailles, qui jusqu'alors avaient été considérées comme aliment maigre, parce qu'elles avaient été créées, selon la Genèse, le quatrième jour, comme les poissons.

Le concile d'Aix-la-Chapelle modifia ces usages qui varièrent plus tard selon les diocèses, et d'après un mandement de Mr de Saint-Simon, évêque comte d'Agde (carême 1784), voici les oiseaux que l'Eglise accepte comme aliment maigre : la bouisse, la queue d'hironde, le cauquillon, le siffleur, le quiérat ou cueillerat, la cabrèle, la sarcelle et la macreuse, appartenant au genre canard, la doulque ou poule d'eau, les plongeurs, les cormorans, les mouettes, les mouchets, genre goeland, les martin-pêcheurs, le plan et le maumaridat.

La chute de l'empire de Charlemagne devait fatalement enrayer la marche ascendante de l'euchulophilie, et la division de ce vaste empire porta un coup funeste à l'art culinaire, qui devait refleurir plus tard chez nous, à l'époque de la Renaissance.

Pendant cinq siècles, l'art culinaire resta stationnaire et ce ne fut que vers le quatorzième siècle, sous Charles V, que l'on peut constater un mouvement progressif. Ce monarque fut le premier qui mit un certain luxe dans sa maison et l'état du personnel, sous Charles VI, qui a été publié par Godefroy, nous permet de constater le faste des maisons royales à cette époque. Le personnel de la maison de Charles VI, employé à la table, ne comprenait pas moins de deux cent cinquante demestiques, luxe qui ne fit que se développer, aussi ne constate-t-on pas moins de quatre cent cinquante personnes, employées au service de la table de Louis XV.

C'est à cette époque, vers la fin du quatorzième siècle, que nous voyons pour la première fois apparaître l'usage des fourchettes. Le luxe de la vaisselle fut porté à un tel point, que Philippe-le-Bel, par une ordonnance, réglementa la vaisselle selon les fortunes et défendit aux orfèvres d'en fabriquer.

L'usage des *tranchouers,* pains creusés, destinés à remplacer les plats et les assiettes n'avait pas entièrement disparu à cette époque et pendant longtemps les rois de France en ont conservé l'usage. Le jour de leur sacre on faisait une grande

quantité de ces pains, imbibés de sauce, qu'on présentait aux convives, pour la forme, et qu'on distribuait aux pauvres.

Pendant toute cette longue période, l'art culinaire qui restait stationnaire en France, progressait en Italie, s'y développant rapidement jusqu'à Léon X. A cette époque, nous le voyons reparaître en France, plus perfectionné qu'il n'avait été jusqu'alors. Le luxe délicat et le bon goût reparaissant sur la table de François Ier, de Henri III, les serviettes, en usage depuis Charles VII et les nappes plissées comme les colerettes, recouvrent les tables élégamment décorées et préalablement dessinées avant le service. Henri III introduisit, à sa table, l'usage de la glace en été, mais cet usage, chez les riches, ne s'annonça que vers le dix-septième siècle. C'est à ce roi que l'on doit aussi l'usage des fauteuils et des chaises pendant les repas; jusqu'à cette époque, les convives avaient été assis sur des bancs.

Les praticiens commencent à publier des recettes culinaires et nous voyons Taillevant, cuisinier de Charles VII, publier dans son ouvrage le *Viandier*, seize sauces, presque toutes inédites :

La sauce de l'ail au lait.
» à l'alose.
» cameline.
» dodine.
» eau bénite.
» froide.
» galantine.
» jance.

La sauce madame.
» mostechan.
» moût.
» poitevine.
» rappée.
» Robert.
» saupiquet.
» verte.

Quelques sauces, telles que la sauce Robert, la sauce saupiquet, la sauce verte, après certains perfectionnements, sont arrivées jusqu'à nous, mais le plus grand nombre a disparu. Dans une autre publication postérieure d'un demi-siècle, le *Platine Français,* on trouve de nouvelles sauces inventées depuis la publication de Taillevant. C'est pour la première fois que nous voyons décrire la façon de préparer les soupes. La manière d'accommoder les œufs qui n'est pas indiquée par Taillevant, est décrite dans une vingtaine de recettes par l'auteur de cet ouvrage. Enfin, pour la pâtisserie, on trouve de très nombreuses recettes sur les tartes, les darioles, les massepains, le nougat, les flans, ainsi que sur les gaufres et les oublies, dont l'usage remonte au treizième siècle.

Tous les rôtis, jusqu'à cette époque, avaient été servis avec une sauce, mais vers la fin du quinzième siècle, l'usage des rôtis à la broche se généralise et nous voyons pour la première fois dans le *Platine français,* le moyen de servir comme rôtis, avec toutes les plumes, le paon, mets fort en honneur à cette époque. Le luxe de table était alors très grand, et nous voyons dans Justin Améro la description d'un festin extraordinaire que le duc de Bourgogne donna en 1435. Nous y trouvons la preuve de ce merveilleux appareil destiné aux dîners de gala.

Les différents services, composés de quarante plats chacun, étaient apportés dans la salle des

plats par des machines qui descendaient du plafond entr'ouvert peint en ciel. Au dessert, il y eut un orage artificiel qui, pendant une demi-heure entière, fit tomber une pluie d'eaux odorantes et une grêle de dragées.

L'auteur de la *Chronologie septennale* parle d'une magnificence d'un nouveau genre : « Après le premier service d'un grand festin, donné par le grand duc en l'honneur du mariage de Henri IV, la table se départit en deux et s'en alla une partie à droite et l'autre partie à gauche. A l'instant il s'éleva par sous-terre une autre table chargée très exquissement de toutes sortes de fruits, de dragées et de confitures. Et quand cette table eut disparu comme la précédente, il en vint une troisième, reluisante de précieux lapis, miroirs et autres choses plaisantes à voir, enfin une quatrième se leva couverte des jardins d'Alcinoüs, qui sont vergers de Sémiramis, pleins de diverses fleurs; et les autres, chargées de fruits, avec fontaines à chaque bout de table et infinis petits oiseaux qui s'envolèrent parmy la salle ».

La vente des poulardes sur les marchés date de cette époque; jusqu'alors on n'avait vu pratiquer que la vente des chapons.

Duprat, le pire des bipèdes, comme l'appelle Belcarius, tenta d'introduire la viande d'ânon dans l'alimentation, mais l'usage en fut restreint et de courte durée; après sa mort provoquée par un excès de table, nul ne pensa à l'élevage de cet animal.

La découverte du Nouveau-Monde, en augmentant nos productions vint favoriser le développement de l'art culinaire. Grâce aux nouvelles épices de l'Amérique et des autres parties du monde, qui furent, dès cette époque, mieux explorées, les mets furent plus facilement digérés, mieux assimilés, et de pareilles découvertes ne pouvaient qu'exercer une très grande influence sur le plaisir de la table. D'abord, comme je l'ai dit déjà, dans une autre brochure (1), l'art culinaire ne devait-il pas se préparer à marcher avec le développement intellectuel qui allait s'épanouir? La délicatesse du sens critique de la beauté dans les arts, que j'appellerai *goût de l'esprit,* se sépare plus rarement qu'on ne croit de la délicatesse du *goût sensuel.* Nest-ce pas à cette coïncidence fréquente presque constante, qu'est due l'expression de « *bon goût* », qui a un double sens dans le langage actuel.

Sous le règne de Louis XIV, nous voyons, en effet, l'art culinaire se développer progressivement; la cuisine devient soignée, délicate, surtout somptueuse, car le luxe du décor de la table occupe une plus grande place que l'amour des mets, et l'on constate, par la mort de Vatel, qu'il régnait beaucoup d'émulation chez les cuisiniers.

Les nombreuses publications de cette époque sur l'art culinaire attestent l'importance qu'on attachait au plaisir de la table.

---

(1) *Hygiène et Gastronomie.*

Des cuisiniers émérites succèdent à Vatel, et le siècle dernier vit naître Bouvier, Laguipière, Robert, Richard, Lasnes, Barnet, Riquet, etc.; et la cuisine française put, quelque temps après, s'enorgueillir, de Carême, qui mourut en 1833, à Paris, après avoir créé des règles dans l'art culinaire qu'il publia dans de nombreux ouvrages, et avoir brisé en pâtisserie comme en cuisine, le moule de la routine.

Je me suis, peut-être, un peu trop étendu sur cet historique, il est cependant bien incomplet, et l'on trouverait disséminés dans divers ouvrages, une foule de détails qui pourraient intéresser un homme de l'art. Mais je crois qu'il convient de terminer cet entretien par des menus qui te donneront un aperçu des progrès de la cuisine.

Je commence par la citation que fait Ernold le Noir en racontant un festin que fit Louis le Débonnaire au retour de la chasse.

« ..... Après avoir lavé leurs mains dans l'eau, César (l'empereur) et sa belle compagne (l'impératrice) s'étendent ensemble sur un lit d'or, et par l'ordre de cet excellent prince, le beau Lothaire et leur hôte chéri, Hérold, prennent place à la même table, le reste de la jeunesse s'asseoit sur l'herbe, dans une salle de verdure, et se repose sous l'ombrage de la forêt. On apporte après les avoir fait rôtir, les grosses entrailles des animaux tués à la chasse, et la venaison se mêle aux mets apprêtés pour César. La faim, satisfaite, disparaît bientôt;

la soif à son tour est chassée par une agréable boisson qui fait naître la gaîeté dans tous les cœurs ; enfin chacun regagne d'un pas plus hardi le toit impérial. A peine y est-on arrivé, qu'on puise de nouveau dans les dons de Bacchus une chaleur vivifiante, après quoi tous se rendent aux saints offices du soir. »

Dans le récit du dîner de la prise de Jérusalem, en 1278, Nangis, dans sa chronique manuscrite, cite deux actes d'une pantomime qui servirent d'entremets ainsi nommés, parce qu'ils étaient représentés entre les mets. Ce récit ne donne aucun détail sur la cuisine, ce qui tend à prouver que les préparations de cette époque n'étaient qu'accessoires et que les divertissements les plus étranges jouaient le principal rôle.

Olivier de la Marche nous donne le menu du banquet du Chevalier aux Cygnes qui eut lieu à Lille, le 17 février 1333, qui prouve encore l'importance qu'on attachait au luxe des pièces que l'on exposait.

Il nous cite comme milieu de table une église croisée, verrée, et faite de gente façon dont le clocher avait cloches sonnantes, quatre chantres, des enfants de chœur, etc.

. . . . . Sur une autre table un pâté avec vingt-huit personnages vivants, jouant de divers instruments, etc., etc. Mais le plus compliqué de ces entremets dont l'histoire nous a transmis le détail est celui de 1433 donné à Lille par Philippe le Bon qui, en outre des principales pièces du précédent,

l'église, le pâté, le château de Lusignan avec ses fossés pleins d'eau d'orange, représentait des paysages des diverses parties du monde, etc. Après avoir examiné toutes ces décorations, le duc se mit à table et chacun des trois services composé de quarante-quatre plats fut descendu du plafond par des machines sur des chariots peints en or et en azur à la devise du duc. Enfin, pour terminer, je dirais qu'on ne reculait devant aucun frais pour donner un de ces festins toujours suivi d'une représentation fantastique.

Un état des frais d'un grand festin donné au mois d'août, en 1520, par la ville d'Harfleur à François Ier (*Mémorial de chronologie*, Paris Verdières 1830) peut mieux que tous les menus que j'ai cité, donner une idée des mets qui étaient servis à cette époque aux repas solennels.

Pour quinze douzaines de petits pains....	1l	10s
Pour perdrix, canards, rognons de coq, pluviers, chapons.....	7	15
Deux moutons.....	1	12
Quatre gigots de mouton.....	0	10
Six tartes.....	0	18
Huit livres de lard.....	0	16
Une douzaine de verres à pied.....	0	9
Cinquante-sept gallons de vin, à 2 sous 6 deniers le pot.....	14	5
Un pouchon de vin clairet d'Orléans.....	8	
Total pour avoir eu l'honneur de régaler un roi de France et sa suite.....	35l	15s
De plus au fourrier.....	8	
Aux laquais du seigneur.....	6	
Total de la dépense.....	49l	15s

Le Ménagier de Paris, ouvrage publié par un bourgeois parisien, vers la fin du quatorzième siècle, décrit en ces termes un repas donné par l'abbé de Langy à l'évêque de Paris, et que nous prenons dans J. Améro :

» Eschaudés choulz, pommes de rouvel rosties et dragée blanche dessus, un quarteron; figues grasses rosties, cinq quarterons; soret cresson, romarin.

» *Potages:* c'est assavoir salemine de six becquets et six tanches; poirée vert et harenc blanc, un quarteron; six anguilles d'eaue doulce, salées d'un jour devant. Pour les potages : amandes, six livres; pouldre de gingembre, demie livre; saffren, demie once; menues espices, deux onces; pouldre de canelle, un quarteron; dragée, demie livre.

» *Poisson de mer :* soles, gournaulx, congres, turbot, saumon.

» *Poisson d'eaue doulce:* lux faudis, deux carpes de Marne, faudisses, bresme.

» *Entremets :* plays, lamproie à la boe.

» *Rots :* et convient entres touailles et seize pommes d'orange; marsouin à la saulce, maquereaux, soles, bresmes, aloses à la cameline ou au vertjus, ris et amandes frictes dessus; sucre pour ris et pour pommes, une livre; petites serviettes.

» *Pour desserte :* composte, et dragée blanche et vermeille mise pardessus; rissoles, flaonnés, figues, dates, raisins et auclaines ».

Après avoir cité les vins, il ajoute : « Vins et espices sous le boute-hors. Au laver, grâce et aller en la chambre de parements; et lors les servans disnent chassez tost après, vin et espices; et puis congé ».

Dans le Viandier de Taillevant, cuisinier de Charles VII, on trouve les menus suivants :

Banquet de Monseigneur de Foix.

Premier service. — Poussins au sucre, levrauts ou lapereaux à la crême d'amande, froide sauce, vinaigre, venaison.

Second service. — Epaules de chevreaux farcies, poulettes de mer, cailles au sucre.

Troisième service. — Dauphins de crême, lesches lombardes, poires, oranges frites, gelée, pâtés de levrauts, fruiterie, crême blanche, fraises, poires, amandes.

Banquet de Monseigneur de la Marche.

Premier service.— Vinaigrette, cretonnée de lard, brouet de cannelle, venaison à clou.

Second service. — Paons, cygnes, hérons, lapereaux au saupiquet, perdreaux au sucre.

Troisième service. — Chapons farcis de crême, pâtés de pigeons, chevreau.

Quatrième service.— Aigles, poivre à l'hypocras, lesches dorées, gelées, cresson.

Cinquième service. — Crême blanche, amandes, noix, noisettes, poires.

Banquet de Monseigneur d'Étampes.

Premier service. — Chapon au brouet de canelle, poules aux herbes, choux nouveaux et puis la venaison.

Second service. — Rôt le meilleur, paons au célereau, pâté de chapons, levraut au vinaigre, rosat et chapons au moutichan.

Troisième service. — Perdrix à la trimolette, pigeons à l'étuvée, pâté de venaison, gelées et lesches.

Quatrième service. — Four, crème frite, pâtés de poires, amandes toutes sucrées, noix et poires crues.

Menu du XVIe siècle.

Chaque service fut servi avec 140 plats d'argent.

Premier service. — Hypocras blanc et rôties.

Second service. — Grands pâtés de chapons à haute graisse, jambons de sangliers accompagnés de sept sortes de potages.

Troisième service. — Rôtis, faisans, perdrix, lapins, paons, butors, hérons, outardes, oisons, bécasses cygnes, hallebrands, oiseaux de rivière de toutes sortes, chevreaux, cerfs et autres venaisons.

Quatrième service. — Oiseaux tant grands que petits. Tout le service fut doré (c'est-à-dire que les pattes et le bec de chaque pièce étaient dorés).

Cinquième service. — Tartes, darioles, plats de crème, oranges et citrons confits,

Sixième service. — Hypocras rouge, oublies de toutes sortes.

Septième service. — Épiceries et confitures faites en forme lions, cygnes, cerfs, etc. Chaque pièce portait les armes et la devise du roi.

Menu du XVIIe siècle.

Dans la confection des menus pendant ce siècle, on constate une très grande amélioration.

Le premier service dans les dîners d'apparat est composé de plusieurs potages; le second comprend les diverses entrées chaudes et froides; dans le troisième service sont compris les gros rôtis; les petits rôtis, tels que bécassines, grives, alouettes, sont servis dans le quatrième service, et le cinquième est réservé pour les divers poissons. Les entremets composent le sixième service; les fruits, les gâteaux, les crèmes, font partie du septième service du dîner qui se termine par les confitures formant le huitième et dernier service.

TROISIÈME ENTRETIEN

Des qualités nécessaires à l'amphitryon.

Le véritable amphitryon
Est l'amphitryon où l'on dîne.
MOLIÈRE.

La bonne préparation des mets exquis ne suffit pas toujours pour donner un bon dîner à ses invités, certains soins, certaines connaissances sont indispensables à l'amphitryon ; et il est quelquefois plus difficile d'acquérir ces qualités que de se perfectionner dans l'art culinaire. Outre les connaissances techniques de l'art alimentaire, une bonne éducation est indispensable au maître de la maison qui doit se charger du bonheur de ses invités pendant tout le temps qu'il a le plaisir de les posséder.

La savante dégustation des vins, incombe habituellement au maître de maison, mais presque tous les soins sont confiés au bon goût de la maîtresse, qui devient le véritable amphitryon. Elle ordonne le dîner, aménage la salle à manger, assortit les convives autour de la table qu'elle doit dresser avec élégance, elle surveille la préparation des aliments qu'elle a choisis et, avec un soin jaloux, elle fait préparer le café qui doit être le couronnement du dîner. L'amphitryon qui ne possède pas les connaissances nécessaires de l'euchulophile ou qui néglige un de ces soins, est forcé de s'en rapporter à des domestiques qui commettent toujours quelques bévues et lui font

regretter son ignorance. Et d'ailleurs, les domestiques ne peuvent pas bien servir un maître qui n'est pas apte à les bien commander. Si vous n'avez pas les connaissances nécessaires de la cuisine, comment pouvez-vous donner un ordre raisonnable à votre cuisinière? Si vous ignorez l'art de vous faire très bien servir, comment pouvez vous donner un conseil à vos domestiques? Vous ne parviendrez à avoir l'autorité nécessaire sur eux que par la connaissance de leur métier.

Avant de parler de la salle à manger, permets-moi de hasarder quelques conseils sur le choix des domestiques.

J'entends fort souvent dire qu'il est très difficile d'avoir de bons domestiques, mais sois persuadée qu'à leur tour les domestiques tiennent, avec quelque raison, le même langage et se plaignent de la difficulté de trouver de bons maîtres. Avant de leur faire des observations sur leur nonchalence, rends-toi un compte exact du temps et de la peine qu'il faut pour le travail que tu commandes et n'abuse jamais de ton autorité. Tu pourras, pour leur témoigner ta confiance, avoir envers eux de bons rapports mais sans laisser établir trop de familiarité; reprends-les avec douceur et ne sois pas trop exigeante; rappelle-toi bien qu'une partie de l'humanité n'a pas été créée pour être l'esclave de l'autre et que tu dois, par conséquent, adoucir, autant qu'il est en ton pouvoir, le service de tes serviteurs, à cause de leur insuffisante instruction.

pardonne-leur un manque de politesse de laquelle tu ne dois jamais te départir envers eux et tu pourras ainsi, suivant ces quelques conseils et exigeant de bonnes références, arriver à améliorer tes domestiques, à t'en faire des gens fidèles et dévoués à tes intérêts,

Les anciens attachaient, avec raison, une grande importance au bien-être de la table et tenaient grand compte du choix de la salle à manger. Aujourd'hui peu de gens, en ville surtout, ont la facilité d'avoir deux salles à manger, mais les personnes qui peuvent s'offrir ce luxe, n'auront qu'à se féliciter du bien-être qu'elles trouveront dans la pratique de cet usage. Dans les maisons de Pompéi, on trouve les *trichliniums* (salles à manger), qui variaient selon les saisons; celui d'été s'appelait *trichila*. Des plantes grimpantes tapissant les murs, concouraient à l'ornement des salles à manger et, comme on le voit, dans les maisons d'Achéon, à Pompéi, les groupes de marbre superposés laissaient tomber dans des vasques en marbre une eau limpide qui procurait une certaine fraîcheur. Néron avait un trichlinium tournant sur un pivot pouvant suivre le soleil dans ses pérégrinations.

La salle à manger peut être plus ou moins luxueuse, mais la plupart des maîtresses de maison oublient trop souvent que le vrai luxe d'une salle à manger est le confortable bien compris. Comme Pittaccus : « j'aime la maison où je ne vois rien

de superflu et où je trouve tout le nécessaire. »

Cette pièce doit être assez grande, les jours de dîner d'apparat pour donner aux invités la place suffisante, soixante-cinq centimètres pour une table longue et soixante pour une ronde, sont indispensables pour chaque place. L'éclairage doit être fait par des lampes suspendues qui distribuent plus régulièrement la lumière, fatiguent moins les yeux et ne sont pas sujettes à être renverseés. Quand la disposition de l'appartement le permettra, une petite pièce sera laissée entre la cuisine et la salle à manger. Dans cette pièce, qui préservera la salle à manger des diverses émanations nauséabondes, qui l'isolera mieux de la cuisine, on pourrait, les jours de gala, maintenir les assiettes et les plats chauds, au moyen d'une étuve. Mais, quelle que soit la disposition de la cuisine, afin d'éviter trop souvent l'ouverture de la salle à manger, il doit exister dans le mur une ouverture à coulisse, par laquelle les plats sont introduits. Une autre précaution fort utile, c'est de mettre l'amphitryon au moyen d'une sonnerie électrique ou un tuyau acoustique, en communication avec la cuisine. Pour être confortable, une salle à manger doit être aérée facilement en été, et chauffée à 15 ou 18°; en hiver. Enfin, un paillasson sous la table, pendant l'hiver, est indispensable dans les salles à manger qui ne sont pas parquetées.

Sur la table, dont la largeur doit varier entre $1^{m}20$ et $1^{m}30$, on posera une couverture pour mieux

unir la surface, effacer les petites aspérités qui pourraient exister aux jonctions des planches et éviter bien souvent le renversement d'un verre. Cette couverture doit être entièrement dissimulée par une nappe très blanche, à son tour recouverte d'un petit naperon qui ne doit pas arriver jusqu'aux assiettes des convives afin de ne pas les gêner quand on l'enlèvera au dessert. A la pose du linge bien tendu doit succéder celle des assiettes convenablement distancées comme je l'ai dit, afin d'éviter la gêne des convives et de ceux qui présentent les plats. Dans chaque assiette sera mise une serviette bien repassée, mais souple, pliée avec goût. Le même pliage doit être adopté pour toutes les assiettes et le plus simple est le plus beau. A gauche de l'assiette sera placée la fourchette, le couteau et la cuiller à droite, les verres seront symétriquement disposés en ligne oblique, un peu à droite des convives, selon la forme adoptée pour les différents vins qui doivent être servis. Dans certaines grandes maisons, les vins d'extra sont servis sur des plateaux, et les verres, dans ce cas, ne sont pas mis sur la table, mais quel que soit l'usage adopté, il faut placer alternativement, entre chaque couvert, une carafe d'eau et un carafon de vin ordinaire, qui doivent rester avec le grand verre pendant toute la durée du repas.

Après *chaque deux couverts*, on placera une petite salière plate afin qu'aucun convive n'ait à déranger personne pendant le dîner.

Il existe deux méthodes pour servir les dîners : celle qui est pratiquée dans beaucoup de maisons en France et celle qui est adoptée en Russie.

La première méthode, qu'on appelle service à la Française, consiste à servir les plats par séries; elle comprend tous les relevés dressés, quelle que soit leur nature, dans des plats longs sur des réchauds de même forme et les entrées chaudes sur des réchauds ronds; les entrées froides sont posées directement sur la table, tandis que les entrées chaudes doivent être clochées. Les plats de ce premier service doivent être dressés sur la table avant l'entrée des invités dans la salle, et ils doivent être découverts avant que les convives n'aient pris place autour de la table. Ce service a des règles qu'on ne saurait négliger sans nuire à l'harmonie du dîner. Le premier service, se compose ordinairement de *deux* relevés et toujours du double d'entrées, par conséquent d'un seul coup d'œil, l'invité peut connaître l'importance du dîner.

Le deuxième service, toujours composé du même nombre de plats que le premier, comprend les rôtis dressés dans des plats longs, mis à la place des relevés; les légumes et les entremets chauds, dans les plats ronds à la place des entrées.

Enfin, le troisième service, comprenant le dessert, est soumis aux mêmes règles, et quoique la latitude soit un peu plus grande, les grosses pièces de pâtisserie, corbeilles, etc., sont généralement posées à la place des relevés et les assiettes

de dessert placées dans des coupes sont destinées à remplacer les entrées.

Dans ce service qui, comme on le voit, produit une impression fort agréable, fort flatteuse pour l'amphitryon, si satisfaisante pour le cuisinier, les mets sont découpés sur le buffet de la salle et présentés aux convives dans des assiettes; seuls, les plats *volants,* qui existent à chaque service, tels que les hors-d'œuvre, les petits entremets, le fromage, sont présentés aux convives qui se servent eux-mêmes.

Une très grande objection a été formulée, avec juste raison, contre ce service luxueux qui s'opère au détriment de la valeur des mets; aussi, beaucoup de maisons donnent la préférence au service Russe.

Le dîner servi à la Russe ne comprend qu'un service, il a pour but de présenter les mets aux convives les uns après les autres, depuis le potage jusqu'aux entremets sans les poser sur table. Les mets sont découpés d'avance à la cuisine et dressés dans des plats de façon que chaque convive puisse se servir commodément.

Dans ces dîners, il semble que la table doit être peu garnie, mais il n'en est rien; les plats froids, les pièces de pâtisserie, les corbeilles de fruits, de dessert garnissent suffisamment la table. Si à l'avantage de savourer les mets servis, conditions de calorique et de bonté, on ajoute cette liberté qui vous permet de modifier le nombre des en-

trées et des autres plats, tu comprendras facilement que l'on doit donner la préférence au service Russe.

Il existe aussi d'autres services mixtes en usage dans les diverses contrées d'Europe, mais je ne t'en parle pas parce que tous dérivent de ceux-là et varient selon la nature de la cuisine. Je te dirai seulement que, dans le service anglais, les fourchettes et les couteaux sont changés à chaque plat. Cet usage, qui nécessite beaucoup plus de couverts et de domestiques, n'est pas sans avantage, aussi je t'engage vivement à l'adopter en partie; la fourchette et le couteau doivent être toujours changés après le poisson, quel que soit le service que l'on adopte; dans les dîners d'apparat, les mets doivent être servis très chauds et dans des assiettes possédant un degré convenable de calorique. On peut obtenir ce degré, quand on n'a pas d'étuves, en ne les retirant de l'eau chaude qu'au moment de les distribuer aux convives.

L'amphitryon doit faire le choix des diverses friandises qui composent le dessert et doit en garnir la table avec élégance. Les plats froids, les pièces de pâtisserie, les fruits, les diverses coupes du dessert doivent être symétriquement dressés et concourir à l'arrangement d'une table qui décèle le bon goût de la maîtresse de maison. Il est toujours prudent de dessiner le plan de la table telle qu'on la désire le jour des grands dîners, afin de se rendre plus facilement compte des pièces

nécessaires à l'ornementation d'une table. Le milieu de la table, dans les dîners luxueux, doit être occupé par un *Surtout*, pièce artistique argentée ou dorée — le bronze n'est pas admis — ou bien une corbeille de fleurs ou une pièce de pâtisserie accompagnée de petits sujets latéraux qui produisent sur la table un très bel effet. Un plat froid peut à la rigueur faire pendant à une pièce de pâtisserie, mais, dans ce cas, il convient que les pièces soient à peu près de même hauteur. La table doit être dressée d'avance afin de pouvoir parer aux omissions : et sur des *servantes* (dont l'usage n'est pas assez répandu, surtout quand on a peu de domestiques) doivent être déposés les couverts de rechange, et en général les divers objets qui peuvent être demandés par les convives pendant la durée du dîner. Enfin les réchauds seront préparés et symétriquement déposés sur la table avant l'arrivée des convives.

Il est d'usage de faire préparer pour chaque dix personnes, un plat de chaque mets, on peut même porter le nombre à douze, mais cette limite ne peut être dépassée sans risquer de compromettre le succès d'un bon dîner en exposant les convives à manger des mets froids qui, dans cet état, perdent toute leur valeur. D'ailleurs un domestique ne peut servir convenablement plus de douze personnes.

L'amphitryon cherchera à connaître le caractère, l'humeur, les goûts de ses convives, afin de les bien assortir et de leur donner des voisins à leur conve-

nance. La négligence apportée par le maître de maison, dans cette circonstance, peut procurer de bien vifs regrets.

L'amphitryon surveillera attentivement les domestiques qui, maladroits quelquefois, servent très mal et indistinctement les convives du côté droit ou du côté gauche. Le vin est naturellement versé du côté droit puisque les verres sont posés de ce côté; mais le pain, les couverts, les verres, etc., doivent être présentés dans un plateau, ou tout au moins dans une assiette, comme les plats du côté gauche, afin de donner plus d'aisance au convive qui se sert de la main droite, car tu n'ignores pas que bien des gens ne savent pas se servir de la main gauche. N'est-ce pas là une regrettable habitude? Je réponds affirmativement et je n'hésite pas à te conseiller de faire un pareil usage de tes mains. Ne crains pas de te débarrasser de ce vieux préjugé dont l'origine m'est inconnue, et continue à profiter, comme je te l'ai dit maintes fois, des deux mains que t'a données la nature. Au risque d'être ridiculisée par les ridicules seulement, exerce également tes deux mains et tu pourras juger un jour des immenses avantages de celui qui possède deux mains.

S'il est facile aux convives exercés de se rendre compte de la valeur d'un dîner servi à la Française, il n'en est pas ainsi d'un dîner servi à la Russe, aussi a-t-on reconnu depuis longtemps déjà la nécessité de donner à chaque convive la liste des

mets à laquelle on a donné le nom de *menu*. Nous devons nous féliciter de l'adoption de cet usage qui permet aux convives de faire leur choix et de régler leur appétit. Dans certaines maisons on dresse deux menus, le premier mentionne les mets culinaires, et l'énumération du dessert se trouve dans le second.

La composition du menu culinaire, dans les maisons bourgeoises, doit être discutée entre la maîtresse de maison et la cuisinière; la rédaction doit en être arrêtée d'avance afin que le cordon bleu puisse se procurer à temps les mets qui composent le dîner, attendrir les viandes, préparer les coulis et atteindre le plus grand perfectionnement possible.

L'étude des menus doit attirer la plus vive attention de l'amphitryon; il doit veiller à la valeur des aliments qui doivent être toujours de premier choix, à la variété des sauces qui ne doivent jamais être de la même couleur dans un dîner. Les mets doivent être en harmonie, c'est-à-dire qu'il ne convient pas de servir un relevé délicat avec de vulgaires entrées ou de mauvais rôtis. L'amphitryon ne doit jamais oublier que la qualité est préférable à la quantité et que le nombre de plats complique bien souvent le travail de la cuisinière et l'expose, par un surcroît de travail, à compromettre la valeur d'un bon dîner.

Avec trois mets bien préparés on peut faire un excellent dîner de beaucoup préférable à un grand

nombre de plats que certains amphitryons imposent à leurs convives dans un mauvais dîner.

Dans notre dernier entretien nous nous sommes proposés de faire l'étude de la *cuisine bourgeoise*, expression très usitée mais fort vague qu'il serait difficile de définir. La cuisine bourgeoise varie selon le luxe des maisons, et s'étend du plat le plus vulgaire aux mets les plus succulents ; et si tu considères le nombre d'éléments dont le cuisinier dispose, si tu te rappelles aussi la règle des combinaisons, tu pourras te convaincre que le nombre d'*arrangements* est, pour ainsi dire, incalculable. Quelles que soient donc les limites que nous cherchions à nous imposer, elles seront arbitraires, aussi me déciderai-je à te donner simplement des principes généraux dans les dîners d'apparat et dans les diners d'ordinaire. En un mot, comme ton professeur d'arithmétique, je t'apprendrai les opérations fondamentales ; par l'étude pratique et le raisonnement tu chercheras à résoudre — permets-moi l'expression — les problèmes culinaires. Je m'efforcerai de me maintenir dans des recettes écomiques, et j'éviterai, j'espère, les reproches adressés, non sans raison, à certains auteurs qui n'ont pas craint d'écrire une des recettes que je prends au hasard. « Pour préparer des queues de mouton, prenez six perdreaux..., etc. » Je ne pense pas qu'une ménagère se résigne facilement à sacrifier six perdreaux pour préparer ce plat, et quand elle a six perdreaux à sa disposition,

elle n'a même pas la pensée de se servir de queues de mouton.

Le menu d'un dîner d'apparat dans une bonne maison bourgeoise peut se composer ainsi :

1° D'un potage;
2° D'un hors-d'œuvre chaud;
3° D'un relevé de potage;
4° De deux entrées;
5° D'un plat froid;
6° D'un rôti;
7° D'un légume;
8° D'un entremet;
9° Du dessert.

Je ne cherche maintenant qu'à te donner une idée exacte d'un menu qui doit être modifié selon les saisons et que tu composeras plus tard, après avoir étudié la préparation des mets et leur valeur. L'entretien d'une table pareillement servie nécessiterait une très grande fortune, aussi t'ai-je dit que de pareils dîners n'étaient servis que les jours de gala ; les menus d'ordinaire nécessiteront donc une autre étude non moins importante.

La part contributive destinée à l'alimentation est bien sujette à discussion car l'égalité des ressources n'implique pas celle des obligations réelles, mais j'estime que les dépenses de l'alimentation dans une maison bien tenue ne doivent pas descendre au-dessous de 40 % du budget des dépenses. Je ne saurais trop t'engager à ne pas remplacer, comme dans certains ménages, les dépenses

de l'alimentation par celles du luxe, enfant de l'amour-propre déréglé, notre plus cruel ennemi. Ménage dit que le grand malheur, en France, est que personne ne sait être de sa condition ! Ce mal qui n'a fait que s'accroître depuis l'illustre grammairien est devenu un si grand fléau que peu de gens réussissent à s'y soustraire. Ce sont les yeux d'autrui qui nous ruinent, dit Franklin, et il aurait pu dire ce sont eux qui nous affament. Bien souvent, hélas, on ne soupçonne pas, sous les apparences du luxe, les privations que s'impose une classe d'hommes qui sont pris entre leur sentiment de dignité honorable et des ressources exiguës.

La maîtresse de maison, soucieuse de ses intérêts, dressera son budget de dépenses proportionnellement à ses revenus et devra toujours tenir compte de l'imprévu. Elle exercera toujours une très grande surveillance sur son alimentation, règlera les dépenses avec son domestique tous les jours et sous aucun prétexte elle n'achètera à crédit. L'achat au comptant des denrées permet toujours d'avoir la meilleure qualité à des prix plus avantageux.

Telles sont les notions générales qu'une ménagère doit connaître pour ordonner un dîner d'apparat, surveiller ses menus d'ordinaire, qu'elle devra compléter par l'étude hygiénique des aliments et de leur préparation.

QUATRIÈME ENTRETIEN

De l'hygiène alimentaire.

Mieux vaut faire soigner sa santé
que sa maladie.

L'exercice de nos diverses fonctions entraîne des pertes continuelles, que nous devons réparer sans cesse au moyen de diverses substances, et que l'on désigne sous le nom d'*aliments*. L'air peut être considéré aussi comme aliment, mais comme tu connais le rôle de cet agent dans les phénomènes vitaux, je ne m'en occuperai pas, je reconnaîtrai comme aliment la substance introduite dans l'appareil digestif.

L'étude des aliments constitue une des branches les plus importantes de l'hygiène qui, de tout temps, a occupé l'attention des hygiénistes, et qu'on désigne sous le nom de *Bromotologie*. La difficulté d'une pareille étude, qui demande de nombreuses connaissances en physiologie, en chimie, etc., ne me permet pas d'étudier scientifiquement cette question, une des plus ardues des sciences biologiques ; je me bornerai donc à te communiquer sur la digestibilité des aliments et sur leur valeur réparatrice, quelques observations que je ferai précéder de certains principes généraux sur l'hygiène alimentaire.

Si, comme l'a fait G. Cuvier l'illustre naturaliste, pour divers animaux qu'il a pu reconstituer à l'aide des dents, nous examinons le système dentaire chez l'homme, nous voyons que la nature, excellente hygiéniste, l'a fait omnivore, et qu'une nourriture composée exclusivement de matières végétales ou de matières animales lui seraient préjudiciables. D'ailleurs, la variété dans les mets excite le désir de manger, et quand ce désir ne dépasse pas la limite de la sobriété, il favorise la digestion, en outre le mélange de la viande, des légumes et des fruits facilite la formation d'un bon chyle.

La quantité des aliments nécessaires à l'homme, variable selon l'âge, la profession, le tempérament, la saison, l'habitude, est difficile à déterminer, aussi n'essaierai-je pas de te donner sur ce point des indications précises; elle doit être basée sur la déperdition de l'économie qui provoque le besoin de manger, et qu'on appelle *faim*. L'enfant, par exemple, éprouve plus souvent que l'homme adulte, le besoin de manger; les ouvriers occupés à un travail manuel digèrent bien plus vite que les hommes sédentaires, etc.; il s'ensuit donc de là, que la quantité alimentaire doit être basée sur les forces digestives de l'estomac.

En général, l'homme mange et boit trop, et cette intempérance peut provoquer diverses affections des voies digestives, tandis que la sobriété contribue beaucoup à la longévité. Louis Cornano,

qui mourut à Padoue, âgé de 104 ans, ne prenait que 400 grammes de nourriture solide, et 500 grammes de liquide. Sir John Sinclair propose pour règle générale, l'évaluation suivante : 500 grammes d'aliments solides et 1,200 grammes d'aliments liquides pour l'homme sédentaire, et il élève cette quantité au double, pour l'homme qui s'adonne à l'exercice du corps. Haller (*Elém. physiol.*, t. VII, p. I, p. 165) porte à près de 3 kil., c'est-à-dire au 1/25 de son poids environ, la déperdition journalière qu'un adulte sain éprouve par l'effet des excrétions cutanée, pulmonaire, rénale et intestinale, non compris le déchet des ongles, des poils, de l'épiderme, qu'il évalue à 4 kil. par an. La diversité de ces évaluations prouve que la quantité de nourriture dépend d'une série de ciconstances et n'a rien de constant ni d'absolu. La seule règle générale que l'on puisse poser, c'est que l'on doit cesser de manger lorsque l'organisme est saturée, ce qui se manifeste par une sensation opposée à la faim. Manger davantage, c'est s'exposer à des digestions pénibles, des indigestions qui, loin de vous fortifier, vous affaiblissent. La qualité des aliments permet d'en varier la quantité, car une petite quantité de bons aliments fournit à l'économie plus de sucs réparateurs qu'une grande quantité d'aliments d'une qualité inférieure.

Les effets d'une alimentation excessive peuvent se manifester par des hémorrhagies cérébrales, par

des congestions pulmonaires, des affections goutteuses, et calculeuses, tandis que la sobriété, mère de toutes les vertus, dit Cornano, épure nos sens fortifie le corps, illumine l'esprit, redouble la mémoire, éclaire la raison, embellit l'âme.

Une alimentation raisonnée peut suppléer bien souvent au défaut de beaucoup d'autres conditions hygiéniques, modifier même les éléments de l'organisme. Suivant qu'elle est bien ou mal dirigée, on peut prévenir ou préparer diverses affections; je ne saurais donc trop te recommander les soins que l'on doit apporter au régime alimentaire. Comme tu as étudié avec d'autres professeurs les phénomènes digestifs, tu me dispenseras de te parler de la digestion qui comprend une série d'actions successives depuis la préhension jusqu'à la formation du fluide nourricier et l'acte mystérieux qui fixe la molécule nouvelle dans la trame de nos tissus, et je t'entretiendrai des diverses alimentations.

D'après la composition des aliments, leur réaction en présence des sucs digestifs, on divise les aliments en plusieurs catégories et chacune de ces divisions constitue une alimentation spéciale dont la connaissance est fort utile aux personnes qui désirent diriger intelligemment l'alimentation de leur famille. Mieux vaut soigner sa santé, dit un vieil adage, que faire soigner sa maladie.

Je crois qu'il est très difficile de poser des règles absolues sur le régime alimentaire; de nombreuses

exceptions, inexplicables quelquefois, attestent ce fait, mais on peut établir des règles générales basées sur les propriétés diverses des aliments.

Une des divisions qui me paraissent les plus naturelles, c'est celle qui est basée sur leur nature végétale ou animale. Bien que les chimistes tendent à prouver le contraire et qu'ils trouvent dans ces aliments divers les mêmes principes, j'oserai soutenir qu'une alimentation végétale ne pourrait produire les mêmes effets qu'une diète animale. Le régime végétal, par sa continuité, fatigue les organes digestifs, ralentit la circulation, produit peu de chaleur animale, affaiblit l'activité du corps et de l'esprit, donne au corps une constitution lâche et molle, prédispose à la scrofule, au lymphatisme. Le régime animal, au contraire, vivifie les fonctions, excite la digestion, accélère la circulation, produit beaucoup de chaleur animale, anime les facultés intellectuelles et l'activité corporelle, développe le tempérament sanguin et prédispose aux affections pléthoriques, telles que la goutte, les maladies de la vessie, etc. Et c'est sur la combinaison de ces deux alimentations aux effets, si opposés que l'on base l'alimentation de l'homme sain.

Une alimentation exclusivement composée de végétaux, et surtout de fruits légèrement acides, constitue un traitement rafraîchissant fort utiles aux personnes prédisposées à la pléthore et à toutes les affections de ce genre. Ces aliments qui

contiennent peu de matériaux réparateurs ralentissent la nutrition et la sanguivification devient languissante. Ils diminuent la force contractile des muscles, l'énergie intellectuelle et la vivacité des passions. L'usage de ce régime ne peut convenir à l'enfance qui nécessite une nourriture substantielle non seulement pour réparer les pertes de l'économie très grandes chez l'enfant, mais afin de mettre l'alimentation en rapport avec sa croissance. Une pareille nourriture d'assimilation lente, laissant trop de résidu pourrait accumuler les matières excrémentielles en trop grande quantité dans l'intestin et provoquer de graves désordres. Pourtant, les enfants peuvent faire usage de quelques fruits mûrs, qui, par le sucre qu'ils renferment, favorisent la digestion; mais l'abus des autres végétaux, à l'exception de quelque plantes de la famille des crucifères, peut les prédisposer au lymphatisme.

Les substances qui produisent une pénible digestion sont ordinairement celles dans lesquelles prédomine un principe mucilagineux, viennent ensuite, les huiles, le beurre, les corps gras et le lait. L'usage de ces substances qui ne renferment pas toutes la même quantité d'éléments nutritifs, prédispose à l'embonpoint, à l'anémie, et débilite les constitutions. Ce régime rend le caractère doux, peut réprimer les passions vives, mais par cette alimentation le corps et l'esprit perdent leur activité. Cette alimentation peut être utile à ceux qui ont une surabondance de sang ou à ceux qui sont

facilement excitables, mais on risque, par l'abus, de préparer toutes les maladies, scrofules, engorgements de glandes, etc., communes aux constitutions lymphatiques.

Certaines viandes blanches, telles que l'agneau, le veau, bien plus nourrissantes que ces aliments produisent dans l'économie une action relâchante, mais elles sont de digestion plus facile que les végétaux et, sans accélérer la circulation, elles rendent le sang bien plus riche. Les viandes blanches conviennent surtout aux convalescents qui ne sont pas trop débilités par la maladie.

Je t'ai dit que la famille des crucifères qui renferment les choux, les navets, les cressons, faisaient une exception dans le règne végétal, et j'aurai pu ajouter que les plantes de cette famille constituaient une alimentation spéciale. Par la quantité d'azote qu'elles renferment, ces plantes sont très réparatrices, le principe amer qu'elles contiennent jouit à un haut degré de cette qualité tonique que ne possèdent ordinairement pas les végétaux. La digestion de ces aliments quelque peu dépuratifs, est assez active, et, sous l'influence de cette alimentation, la circulation acquiert plus de vigueur, les tissus deviennent plus denses et plus fermes que par les alimentations précédentes. L'usage peut en être recommandé à toutes les personnes atteintes de scrofule ou toutes autres maladies dont le caractère principal est la lenteur et l'inertie.

L'alimentation la plus tonique et la plus réparatrice se rencontre dans le régime animal; les viandes rouges, telles que celles du bœuf, des vaches, du pigeon, du canard, du lièvre, du chevreuil, etc., sont les plus nutritives; en second lieu, celles de perdrix, de faisan, de caille; ensuite, les viandes blanches que j'ai citées provenant de divers animaux qui n'ont pas atteint leur complet développement, et enfin le poisson. C'est à l'osmazône, matière éminemment nutritive qui se rencontre dans les animaux adultes, que ces aliments doivent leurs propriétés tonique et réparatrice. La digestion de ces aliments est très facile; le sang devient plus riche, la circulation plus accélérée et comme ces aliments contiennent beaucoup de matériaux réparateurs, il se forme peu de résidu excrémentiel. Ce régime ne peut être utile qu'aux personnes à tempérament lymphatique et débilitées par un mauvais régime.

Les diverses alimentations qui nous ont occupés, ne conviennent donc qu'aux personnes ayant un mauvais tempérament; seul le régime mixte convient aux personnes valides. En te basant sur les conseils qui précèdent, tu pourras, par l'emploi raisonné de certains aliments, prévenir bon nombre d'affections, et modifier s'il y a lieu, les tempéraments des personnes que tu seras appelée soigner.

Comme les condiments peuvent modifier dans dans une certaine mesure le régime alimentaire,

je vais t'entretenir de l'influence des épices sur la digestion.

Le sel, devenu aujourd'hui un objet de première nécessité, est très utile pour les personnes qui se nourrissent principalement de matières féculentes; les digestions sont rendues plus laborieuses par la privation de ce condiment en même temps qu'elles sont accompagnées d'un grand dégagement de gaz. L'abus du sel qui a été considéré, par certains auteurs, comme la source du scorbut, dessèche la bouche, et provoque la soif.

Les condiments légèrement acides excitent les glandes salivaires et facilitent la digestion des aliments, surtout celle des substances mucilagineuses. A dose trop forte, ils irritent la muqueuse de l'estomac, affaiblissent les organes digestifs, peuvent même en altérer la sensibilité, provoquer des troubles digestifs et par suite l'amaigrissement.

Le sucre, que certaines personnes considèrent, à tort, comme aliment complet, stimule l'estomac et rend la digestion plus prompte. Ce condiment, si agréable au goût, convient à tous les âges, et à tous les tempéraments.

Les autres condiments qui forment une classe très nombreuse, impriment une stimulation énergique à l'estomac, mais l'usage doit en être très modéré. Les condiments de la famille des Liliacés tels que l'ail, l'échalote, l'oignon, sont pour certains estomacs de difficile digestion, et ceux de la famille des crucifères, tels que la moutarde, le

cresson, sont légèrement toniques. Ils peuvent être utiles aux lympathiques, mais, les personnes bibeuses, nerveuses, ne doivent pas en faire usage. Les autres condiments qui excitent l'appétit et charment la sensibilité, énervent le palais, le blasent, constipent et peuvent occasionner, surtout chez les personnes âgées, de graves désordres. Apaiser la faim, ne jamais l'irriter, dit Réveillé-Parise, est un simple et court précepte qu'on ne saurait trop observer.

Comme j'attache une très grande importance à l'hygiène alimentaire qui doit être le but principal de l'art culinaire, je vais mettre sous tes yeux un petit dictionnaire hygiénique et culinaire dans lequel sont consignées les diverses observations que j'ai pu faire sur les aliments qui rentrent dans la consommation habituelle.

CINQUIÉME ENTRETIEN

Glossaire hygiénique et culinaire

Tous les animaux connaissent
ce qui leur est salutaire, excepté l'homme.
(Pline le Jeune)

Afin de faciliter la composition d'un menu d'apparat et la direction intelligente de l'alimentation de ton ménage, je t'ai préparé un petit dictionnaire des aliments qui te permettra de tirer un parti raisonné des provisions de bouche qui seront à ta disposition.

Ce dictionnaire sera divisé en quatre sections qui se succèderont dans le même ordre que les mets sont servis.

La première section comprendra les Poissons ;

Dans la seconde, je traiterai les diverses viandes ;

Je m'occuperai des légumes dans la troisième section ;

Les fruits seront traités dans la quatrième et dans la cinquième je traiterai des épices.

Je n'ai pas la prétention d'indiquer dans ce petit glossaire tout ce qui peut servir à l'alimentation, je ne cite que les aliments les plus usuels et chaque mets sera sommairement traité au point de vue hygiénique et culinaire, ce qui te permettra de te rendre compte de la valeur alimentaire des mets que tu serviras.

Des Poissons

On désigne sous le nom de *poissons,* en zoologie, des vertébrés à circulation double et à sang froid, respirant par des branchies et destinés à vivre dans l'eau; leur peau est nue ou couverte d'écailles, avec des membres remplacés par des nageoires; mais, en langage ordinaire, on donne le nom de poissons à tous les animaux qui vivent dans l'eau. Comme je n'ai pas la prétention de faire de la science ichthyologique, j'agirai de la même façon et je réunirai dans cette section les crustacés et les mollusques.

Le nom du même poisson variant selon les localités, afin d'éviter des erreurs, je mettrai le nom scientifique et tous autres noms que je connaitrai.

Alose (*Alosa communis*).— Ce poisson, désigné sous le nom de *Poisson de Mai* en Lorraine; *Llacia,* Nice; *Alaousa,* Gard et Hérault; *Coulacqua,* Basses-Pyrénées; *Gatte, Alouse,* Vienne; *Sabre,* Loire-Inférieure; est un poisson délicat qui peut se servir comme relevé de potage à l'eau sel, grillée ou braisée. L'alose ressemble un peu au hareng, mais elle est beaucoup plus grosse et pèse 4 à 5 kilos. Sa chair est onctueuse, lente à digérer, surtout quand elle habite les eaux boueuses, mais prise dans les rivières quand elle remonte au printemps pour aller trouver les gourmets qui

l'estiment, dit Grimod de la Reynière, elle devient un bon mets. On en mange deux espèces.

Anchois (*Engraulis*). — Connu sous le nom de *Amplova*, Nice ; *Auscova*, Pyrénées-Orientales ; *Goulard*, Poitou ; se mange confit dans le sel comme hors-d'œuvre ou quelquefois même frit dans une pâte comme relevé de poisson. Ce mets ne convient pas aux estomacs délicats.

Anguille (*Anguilla vulgaris*) — Tout le monde connaît l'anguille ; elle est peu nourrissante, de digestion lente et ne convient pas aux estomacs délicats, surtout en sauce. Rôtie, elle est moins onctueuse et par suite moins indigeste. Quand elle est d'une certaine grosseur, elle peut être servie à la broche, ou braisée après qu'on a enlevé la peau, comme relevé de potage avec une sauce assez épicée, la sauce tartare ou la matelote lui conviennent le mieux. Les petites sont servies frites en matelote, ou en sauce pouette.

Aiguille, *voir* **Orphie.**

Bar (*Lubrax*). — Ce poisson, très abondant dans la Méditerranée, est de facile digestion ; il est très agréable au goût et peut être cuit en court-bouillon, grillé, braisé comme un bon relevé et servi avec une sauce mayonnaise ou une sauce financière. Il y a deux espèces, désignées sous le

nom de *Loubas,* Nice; *Loubine* ou *Loupassou,* Provence; *Loup,* Languedoc, *Llobarde,* Pyrénées-Orientales; *Pèque,* Bayonne; *Lubin* ou *Lubine,* dans le Nord.

Barbeau (*Barbus meridionalis* et *Barbus fluviatilis*). — Ces deux espèces de poissons d'eau douce qui sont connues sous le nom vulgaire de *Barbillon, Barbio, Barnet, Barbarin,* et de 15 à 20 centimètres de long, sont ordinairement préparées en friture. Les œufs de ces poissons agissent sur l'économie comme des purgatifs drastiques. La chair est peu substantielle et n'est pas en général des plus estimées.

Barbier (*Anthias*). — Poisson de mer de 15 à 20 centimètres de long, d'une très belle coloration et d'une hauteur égale au 1/3 de la longueur. Assez rare, désigné sous le nom de *Sarpanausa,* Nice; *Barbier,* Cette, Montpellier. Ce poisson, ordinairement préparé en court-bouillon, est de facile digestion et peu substantiel.

Barbue (*Rhombus*).— Il existe dans la Méditerranée deux espèces assez répandues qu'on désigne indistinctement sous le nom de *Rond, Roun* ou *Passar,* Cette; *Rum,* Pyrénées-Orientales; *Rombou,* Nice. La chair de la barbue, sans valoir celle du turbot, est blanche, ferme, délicate, substantielle et de facile digestion. Elle peut offrir un

excellent relevé de potage, cuite braisée, en court-bouillon, et servie avec une sauce hollandaise. Les pêcheurs hollandais *criment* les barbues et les turbots aussitôt qu'ils les ont pêchés. Cette opération, qui donne de bons résultats, devrait être pratiquée par nos pêcheurs méditerranéens; elle consiste à donner un coup de couteau transversalement à la partie extrême de la queue, du côté blanc, afin de faire retirer les chairs qui deviennent plus savoureuses et plus fermes par la cuisson.

Baudroie *(Lophius)*.— Poisson de mer qui ressemble aux petits têtards de grenouilles, mais d'une très grande dimension, elle atteint quelquefois plus de 1 mètre de long. Connu sous le nom de *Baudraie*, Nice; *Baoüdroï*, Cette; *Crapaud*, Arcachon; *Baudreuil* ou *Vaudreuil* dans le Nord, elle se mange ordinairement en matelote et n'a qu'une médiocre valeur. Elle ne convient pas aux estomacs délicats.

Bonite *(Pelamis)*.— Ce poisson, connu sous le nom de *Pélamide*, est une espèce de thon de 35 à 40 centimètres de long. A Nice, il est connu sous le nom de *Palamide* ou *Broussaou* et à Cette sous le nom de *Bonite*. Il se distingue du maquereau par quatre bandes longitudinales noirâtres sur chaque côté du ventre. La chair, légèrement rougeâtre, est ferme, grasse, nourrissante, un peu

lourde et ne convient pas aux estomacs délicats. Elle peut être servie comme relevé de potage, grillée, braisée ou frite, avec une maître-d'hôtel, mais une sauce plus épicée lui convient mieux.

Brême *(Abramis)*. — La brême commune, connue sous le nom de *Brémo* dans le Midi, ou *Daourada daou rosé* (Gard), est un poisson d'eau douce qui peut être servi, quand il a de 30 à 40 centimètres de longueur, comme relevé de potage, de médiocre valeur, en court-bouillon. Sa chair est assez délicate, blanche, ferme, peu nourrissante et de digestion assez lente. Une seconde espèce plus petite de 20 à 25 centimètres que la précédente est connue sous le nom de *Brême bordelière*, elle diffère de la brême commune par les dents sur deux rangées.

Brochet *(Esox lucius)*.— *Brouché* dans le Midi. Poisson d'eau douce, fort délicat, de facile digestion, quand il vit dans les eaux limpides. Le brochet est de forme prismatique, depuis la ceinture jusqu'à l'origine de la nageoire caudale. Sa couleur est fort variée, ses dimensions peuvent atteindre plus de 1 mètre de long et pèse jusqu'à 12 ou 15 kilog. Ce poisson, cuit en court-bouillon avec mayonnaise ou braisé avec une maître-d'hôtel, peut faire un excellent relevé de potage. Il peut être servi frit comme rôti à la broche dans un dîner maigre. Les œufs en sont vénéneux.

Cabillaud *(Gadus)*.— La chair de ce poisson, qui est une espèce de morue fraîche, est d'un goût agréable, de facile digestion. Atteignant 50 à 60 centimètres de long, il forme un bon relevé de potage quand il est très frais. Il peut être servi en court-bouillon, avec sauce hollandaise, mais il ne peut être cuit que dans une eau salée sans ébullition.

Cabotte, *voir* **Grondin.**

Capelan *(Gadus)*. — Ce poisson de mer, très connu sous le nom de *Capelan* dans le Midi, est assez délicat, de facile digestion et se sert ordinairement frit à l'huile ou roulé dans une pâte à beignets.

Carpe *(Cyprinus)*.— Tout le monde connaît ce poisson de rivière, sa chair est peu délicate, de difficile digestion. Prise dans les étangs vaseux, la carpe a un goût désagréable, mais prise dans les rivières, elle peut, à la rigueur, quand elle atteint un poids de 2 ou 3 kilog., servir de relevé; elle est servie au court-bouillon ou braisée avec du vin blanc ou bien en matelote.

Carrelet *(Platessa)*. — Ce poisson, de forme oblongue, connu sous le nom de *Carreau, Flotau, Plie franche,* se distingue de la Plie ordinaire par le côté brun, parsemé de taches de couleur rouge

foncé et par six ou sept tubercules qui forment une ligne entre les yeux. Ce poisson peut être braisé ou cuit au court-bouillon ; sans être des plus estimés il est de bon goût, de digestion facile et appartient à l'alimentation chaude.

Chat de mer, *voir* **Roussette.**

Clovisses *(Venus)*. — Ce coquillage connu dans le Midi sous le nom de *Clovisses* ou *Clonisses* est servi comme hors-d'œuvre, il est de facile digestion et convient aux estomacs délicats. On le sert quelquefois au gratin ou pour garniture de poisson, il n'est pas alors si facile à digérer.

Cigale de mer *(Scylarrus aritus)*. — Ce crustacé, si connu sur les côtes de la Méditerrannée sous le nom de *Cigale de mer,* se cuit à l'eau-sel et se sert en hors-d'œuvre. Il appartient comme tous les crustacés à l'alimentation chaude. Avant et après la ponte, sa chair est assez délicate et rappelle un peu celle de la langouste.

Congre *(Conger)*. — Connu sous le nom de *Grounch, Felat,* Nice; *Fiellas blanc,* Marseille ; *Anguille de mer, Congre,* Cette; *Mussole,* Pyrénées-Orientales ; ce poisson n'a pas grande valeur au point de vue de l'alimentation, sa chair est sèche, de difficile digestion.

Crâbe *(Cancer)*. — Ce petit crustacé, connu sous le nom de *Cranqua* dans le Midi, appartient, comme tous les crustacés, à l'alimentation chaude. Il est utilisé en cuisine, comme hors-d'œuvre de peu de mérite, ou bien avec une sauce marinière.

Crevettes, *voir* **Pantonie.**

Daurade *(Chrysophrys)*.— Dans certains pays, on appelle *Daurade* ou *Sarguet*, une espèce de sargue de peu de mérite, mais la vraie daurade ou dorade, est connue sous le nom de *Saouquéna*, dans l'Hérault; de *Aourade*, en Provence; de *Aurade* ou *Aurata*, Nice. Ce poisson de mer a une chair ferme, agréable au goût, mais n'est pas d'une digestion bien facile. Les plus réputées sont celles de la Méditerranée. La tête est comprimée, osseuse, et porte un croissant doré au-dessus des deux yeux. Ce poisson peut être servi comme relevé de potage en court-bouillon, braisé ou grillé.

Dauradon *(Pazellus)*. — Connu sous le nom de *Negretta*, ce poisson diffère de la daurade, par des taches noires sur le front. Il peut servir aux mêmes usages que la daurade, mais sa chair est inférieure, moins blanche et plus difficile à digérer.

Dorée *(Zeus Pungio)*. — Cette espèce de poisson, zée à épaules armées, est connue à Cette sous le nom de *Saint-Pierre* ou *Poule de mer;* il est de

teinte verdâtre, d'une longueur de 35 à 45 centimètres de 15 à 18 centimètres de hauteur, avec une tache noire sur chaque côté à reflets dorés, la chair blanche, assez délicate quoique peu recherchée, est de facile digestion. Une autre espèce de zée, très vorace (*Zeus Faber*), se nourrissant de poissons, plus grande que la précédente avec une large bouche est assez commune sur nos cotes, elle est encore moins estimée que la précédente, pourtant elle vaut bien d'autres poissons plus recherchés. Elle est ordinairement servie comme relevé, cuite en court-bouillon, après l'avoir fait dégorger à l'eau froide.

Derbio, *voir* **Liche.**

Ecrevisse *(Astacus)*.— Ce petit crustacé d'eau douce est servi ordinairement comme hors-d'œuvre. Dans un dîner de famille, on voit quelquefois apparaître, à défaut d'autre poisson, les écrevisses comme relevé de potage. Il appartient, comme tous les crustacés, à l'alimentation chaude, certains estomacs ne le digèrent que difficilement. Les naturalistes en distinguent deux espéces. Les écrevisses sont ordinairement servies à la bordelaise, ou avec une sauce de goût relevé.

Escargot *(Helix)*. — Ce mollusque, assez estimé dans certaines contrées de la France, est cuit à l'eau-sel et préparé avec diverses sauces :

à la paysanne, à l'ayoli, qui demandent beaucoup de condiments pour exciter les fonctions de l'estomac et favoriser la digestion de cet aliment indigeste. On en mange de nombreuses espèces sous ce nom. Les plus grandes espèces *(H. aspersa, H. pomatia)*, celles des vignes, les plus grosses et les plus communes, servent quelquefois à faire des bouillons visqueux.

Eperlan *(Osmerus)*. — Ce poisson de 20 à 25 centimètres de long, se rencontre très rarement sur nos marchés, il diffère de la truite par une très petite bouche. Il a la chair tendre, légère et substantielle; frit à la maître d'hôtel, il fait un bon relevé.

On donne aussi dans le Nord le nom d'*Eperlan*, à un petit poisson de rivière fort peu estimé, qui ressemble à la sardine.

Esturgeon *(Acipenser)*. — Ce poisson sans écailles, connu sous le nom de *Esturtjon* dans le Languedoc; *Sturioun*, en Provence; *Creac*, sur les côtes du Poitou, est fort rare, heureusement pour les pêcheurs. Il remonte les fleuves pour se nourrir des poissons de rivière les plus délicats, il mange les saumons et est très vorace. Ce relevé de potage peut être servi braisé ou grillé, avec sauce hollandaise.

Exocet volant *(Exocatus volitans)*.— Ce poisson d'un goût agréable, de digestion facile, est

connu sous le nom de *Muge volant*, *Hirondelle de mer*, *Peix volant*, Pyrénées-Orientales; *Peï volant*, Cette; *Areudoula*, Nice. Long de 30 à 40 centimètres il a des pectorales qui forment de grandes ailes. Ce poisson est ordinairement mangé en matelote.

Flet *(Flesus)*. — Ce poisson ressemble quelque peu au carrelet, mais les taches du côté droit où sont les yeux, sont plus pâles que celles de la plie, et n'a que de petites traces à la ligne saillante de la tête. Il est connu sous le nom de *Picaud*. Sa chair, quoique inférieure à celle de la sole, est blanche, délicate, de facile digestion. Ce poisson peut être servi frit ou en sauce comme les soles.

Fletan *(Hippoglossus)*.— Ce poisson est le plus grand de toute la famille des poissons plats (Pleuronectes). On ne le trouve pas dans la Méditerrannée, il atteint jusqu'à 2 mètres de long, et se vend découpé quelquefois sur les marchés du Nord, sous le nom de *Fletan* ou *Holibut*. Le côté des yeux est brun jaunâtre, l'autre blanc grisâtre. Ce poisson, quoique inférieur au turbot, peut subir les mêmes apprêts que lui. Sa chair est blanche, ferme, de très bon goût, et facile à digérer.

Gobie *(Gobio)*. — Les espèces de ce genre sont très nombreuses, celles qui vivent dans la mer sont connues sous différents noms, mais les plus ré-

pandus sont les *Boulerots, Loches, Goujons de mer,* sur les côtes de l'Ouest, et les *Gobis, Gobons,* sur les côtes de la Méditerranée. Ces poissons sont ordinairement servis en friture, la chair est nourrissante, assez délicate, de facile digestion, et convient aux estomacs faibles. Une autre espèce, très commune dans nos rivières *(G. fluviatilis)* est connue sous le nom de *Goujon.*

Grondin (*Trigla*). — Sous ce nom on désigne deux espèces ou tout au moins deux variétés la rouge et la grise ; elles portent le nom de *Cabota, Cabrouna,* sur les côtes de la Méditerranée, et *Grondin, Grondin gris gourmand,* sur les côtes de l'Ouest. La chair de ce poisson est un peu sèche, mais de bon goût, blanche, ferme, de facile digestion. On peut à la rigueur la servir comme relevé de potage. Elle est mangée fort souvent en court-bouillon avec une mayonnaise ou en salade.

Hareng (*Clupea*). — Ce poisson frais est de facile digestion ; mais salé il constitue une très mauvaise nourriture ; il est servi ordinairement comme hors-d'œuvre.

Homard (*Homarus*). — Tout le monde connaît le homard caractérisé par ses pinces inégales ; sa chair est assez délicate, nourrissante mais de difficile digestion. On peut le servir chaud comme

relevé de potage; il demande une sauce un peu relevée, telle qu'une ravigote ou une sauce à l'américaine.

Labre (*Labrus*). — Ce genre compte beaucoup d'espèces désignées à Cette sous les noms de *Roussignoun* (*L. mixtus* et *L. festivus*), de *Verdoun* (*L. viridis*) *Roucaou* et d'autres que je ne connais pas bien, tels que le *Rouquié*, *Rouquière*, *Ploumarenc de nid* (*Crenibalus paon*), presque tous multicolores variant d'une longueur de 15 à 30 centimètres et d'une largeur de 4 à 5 et sont peu délicats, m'a-t-on dit. La chair est molle et n'est employée que pour des farces.

Lamie (*Lamna*). — Grand poisson de mer à chair blanche, peu sapide, mais ferme, atteignant parfois jusqu'à 3 mètres de long, connu sous le nom de *Lamia*, dans le Languedoc; *Nas Ilarg*, Roussillon; *Meloutoun*, Nice; *Taupe* et *Touille*, sur les côtes de l'Océan. Ce poisson peut être servi en tranches, cuites au court-bouillon ou braisées avec une sauce aux câpres ou de tout autre goût relevé.

Lamproie (*Petromizon*). — Il y a deux espèces de lamproie, la lamproie de mer plus grande que celle des rivières et qui en diffère par les dents du maxillaire supérieur très rapprochées, tandis que la lamproie des rivières a les dents écartées. Ce

poisson est indigeste ; la chair fade a besoin d'être relevée par une sauce épicée.

Liche (*Lichia*). — Sous le nom de *Lecca*, *Becchia*, à Nice et *Litcha*, *Lutcha*, *Pelamda*, à Cette ; on désigne deux ou trois espèces de liches assez communes sur nos côtes à l'arrivée du printemps. La hauteur du tronc qui fait le triple de l'épaisseur est contenue environ quatre fois dans la longueur totale variant de 30 à 50 centimètres et plus. La *liche amie* la plus commune dans la Méditerranée atteint quelquefois le poids de 30 kilos. La chair en est grasse et de facile digestion. Elle peut être servie, à défaut d'autres poissons, cuite au court-bouillon comme relevé de potage.

Langouste (*Palinurus*). — Ce crustacé à test épineux si connu sous la nom de *Langouste* a une chair fort estimée. Elle peut être servie comme relevé de potage avec des sauces assez épicées qui facilitent la digestion de cet aliment un peu lourd, ou bien froide en salade ou avec mayonnaise. La langouste, comme tous les crustacés, appartient à l'alimentation chaude.

Limande (*Limanda*). — Ce poisson de mer connu sous le nom de *Lime*, *Peraïra*, Cette, ressemble à la plie, il en diffère par les dents qui sont pointues au lieu d'être larges et, par le côté des yeux rouge-brun. Sa chair est de beaucoup supé-

rieure à la plie, les filets tout étant inférieurs à ceux de la sole peuvent les remplacer.

Loup, *voir* **Bar.**

Maquerau (*Scomber*). — Ce poisson est très répandu sur nos côtes et bien connu sous le nom de *Auriou,* Nice; *Auriol,* Marseille; *Budat* et *Veïrat,* dans le Languedoc; *Barat,* Roussillon, a une chair ferme, grosse, nourrissante qui ne convient pas aux estomacs trop délicats. On désigne sous le nom de *Gros Jol* un petit maquereau que je crois la même espèce non adulte. Ce poisson peut être servi frit avec une marinade ou avec une maître-d'hôtel.

Merlan *(Merlangus).* — Ce poisson, à chair blanche, ferme, délicat, très connu sous son vrai nom, est un des relevés les plus délicats. Il peut être servi frit comme relevé de potage, et les meilleurs sont ceux dont le poids ne dépasse pas 2 ou 3 hectogrammes.

Morue. — Ce poisson est un cabillaud salé qui devient indigeste par cette préparation. Elle peut être servie en brandade assaisonnée de truffes comme relevé, en potage, en salade, en sauce.

Moules *(Mytilus).* — Ce mollusque de mer est ordinairement servi comme hors-d'œuvre; il excite

l'appétit et se digère facilement, mais cuit il devient indigeste comme les huîtres et les clovisses. Il est connu sous le nom de *Meusclé* sur le littoral de la Méditerranée. Les moules peuvent déterminer de violentes indispositions à l'époque du frai, et provoquer l'urticaire aussi ne doit-on pas en manger de mai à septembre.

Muge *(Cephalus)*. — Ce genre comprend beaucoup d'espèces connues sous le nom de *Mulet*. Pris dans la mer, la chair est nourrissante, assez agréable, de facile digestion, mais pris dans des étangs vaseux, il a un mauvais goût. Il peut être servi en matelote, frit ou en court-bouillon.

Murène *(Muræna)*. — Plusieurs murènes habitent la Méditerranée, elles ressemblent un peu aux anguilles, mais leur museau est plus court, la tête est en forme de pyramide à quatre faces, les faces horizontales sont étroites, les latérales beaucoup plus larges. Elles sont connues sous le nom de *Mourena,* à Nice, et *Murena,* dans l'Hérault. Ce poisson est très savoureux, mais de difficile digestion; il est servi comme les anguilles.

Ombre-Chevalier *(Salmo)*. — Ce poisson, désigné quelquefois sous le mom de *Omble* ou *Umble-Chevalier,* ressemble au saumon, il en diffère par la longueur qui est quatre fois et demie plus longue que celle de la tête, tandis que dans les

saumons, la tête est comprise cinq fois et demie dans la longueur totale. Les nageoires pectorales et les ventrales sont rouges bordées de blanc. Le profil du dos est presque rectiligne, tandis que celui du ventre est très courbé. La chair est ferme, nourrissante, délicate, facile à digérer et constitue un des meilleurs relevés de potage. On le cuit au court-bouillon ou braisé et on le sert avec une sauce de haut goût.

Orphie *(Bellone actus)*. — Ce poisson, connu sous le nom de *Aguia* ou *Aguglia*, sur les côtes de la Méditerranée, ressemble aux anguilles avec un bec très allongé et une coloration verdâtre sur le dos, d'un blanc nacré sous le ventre. Ce poisson est peu recherché et un peu indigeste. Littré et Robin, dans leur dictionnaire de médecine (art. *Vénéneux*), prétendent que la chair de l'orphie commune est vénéneuse; je n'ai jamais vu élever des plaintes semblables contre les orphies, que l'on mange beaucoup dans le Midi. Si ce poisson n'était frais, il pourrait, sans doute, être très indigeste et procurer de fâcheux accidents. La teinte verte des arêtes inspire même du dégoût à certaines personnes. On mange l'orphie frite ou en matelote.

Oursin *(Echinus)*. — Cette espèce d'échinoderme, connue quelquefois sous le nom d'*Epine de mer*, est pris comme hors-d'œuvre; il est de la

forme et de la grosseur d'une pomme hérissée comme le fruit du châtaignier. On ne mange que les ovaires qui sont rougeâtres, indigestes et d'un goût pas trop désagréable.

Pagel *(Pagellus)*. — Ce genre, connu sous le nom de *Gros yeux*, à Paris; *Rousseau*, à Bayonne; *Pagell*, Pyrénées-Orientales; *Patjel*, à Cette; *Pages*, Nice, comprend plusieurs espèces qui se rapprochent des daurades, mais elles en diffèrent parce qu'elles n'ont que deux rangées de dents molaires à chaque mâchoire au lieu de trois. Au point de vue culinaire et hygiénique, ces deux genres ne diffèrent pas beaucoup; le pagel-rousseau argenté, glacé de rose-clair, comme le pagel commun, est plus estimé que ce dernier; il en diffère par une large tache noire irrégulière à l'épaule.

Pagre *(Pagrus)*. — Il y a deux espèces sur nos côtes, qui ressemblent aux Daurades, elles sont connues sont le nom de *Padre*, à Nice; *Pagre*, à Cette; *Bagre*, à Port-Vendres. La chair est assez estimée, délicate, blanche et ferme, savoureuse et de facile digestion, il peut être servi grillé à la maître d'hôtel comme relevé de potage.

Pautonie *(Pautonia)*. — Dans ce genre nous rangeons trois ou quatre espèces de crutacés, les *Crevettes* de mer, les *Nika*, les *Penées* qui, cuites simplement à l'eau-sel, sont servies comme

hors-d'œuvre et appartiennent à l'alimentation chaude.

Perche *(Perca)*. — Poisson d'eau douce de 30 ou 40 centimètres de long, effilé, à museau pointu, de 5 à 6 centimètres de hauteur, qui se nourrit de poissons, robe éblouissante, dorée avec des nageoires rouges. Elle est connue sous le nom de *Pergo, Perco*, Gard; *Perca*, Pyrénées-Orientales; *Perdrix de rivière* dans le Nord. Sa chair ferme, délicate, de facile digestion, la rend précieuse : elle se prête à de nombreux apprêts, frite, grillée, en court-bouillon, et se sert avec un beurre d'anchois, etc.

Plie, *voir* **Carrelet.**

Poulpe, *voir* **Sèche** ou **Seiche.**

Raie *(Raia)*. — Les espèces de raies connues sous le nom de *Blouclée*, *Cloule*, sur les côtes de l'Océan, et *Clavelade* sur les côtes de la Méditerranée, sont assez nourrissantes, se digèrent assez facilement, mais la chair est peu délicate; elle est servie ordinairement frite au beurre noir.

Rascasse *(Scorpeana)*. — Ce poisson, à grosse tête bosselée d'un rouge-brun rappelant un peu la forme du grondin, avec les nageoires pectorales tachetés de noir, est de facile digestion. Il est connu dans le Midi sous le nom de *Rascassa* ou *Rascasse* et est très utile pour la bouille-à-baisse.

Rouget (*Mullus*). — Ce poisson, si connu sur nos côtes sous son vrai nom, était à juste raison très estimé des Romains qui, sous le nom de *Mulle*, le payaient à poids d'or. Sénèque et Pline ont laissé des peintures de ce peuple qui prenait des soins particuliers pour l'éducation de ce poisson. Pline nous dit qu'un mulle fut acheté 1,558 fr., et Suétone nous parle de trois autres qui furent acheté 1,946 fr., la pièce. Effectivement ce poisson peut être considéré comme un des plus délicats ; quoique petit, il est servi grillé à la maître-d'hôtel, ou en caisse comme excellent relevé de potage. Le rouget de la Méditerranée, contrairement à l'opinion de certains plus petits, mais plus délicat que celui de l'Océan.

Une autre variété ou espèce de rouget, d'un rouge clair, existe sur nos côtes, mais il est un peu moins délicat. La chair de ces poissons est nourrissante, ferme, délicate, de facile digestion, et convient aux estomacs délicats et convalescents.

Roussette (*Scyllium*). — Sous le nom de *Cata rouqueïra*, à Cette ; de *Galta d'arga*, à Nice ; de *Vache*, au Havre, on désigne deux espèces de roussettes, la grande (*S. canicula*), et la petite (*S. catulus*), toutes deux tigrées, d'un gris roussâtre, et la plus grande a sur la peau de plus petites taches que la seconde. Elles atteignent une longueur de 0,70 cent. à 1 mètre, et un diamètre de 10 à 12 cent. Elle est servie par tranches ; la

chair blanche, peu sapide, a besoin d'une sauce relevée, pour en faciliter la digestion.

Sardine (*Alosa*).— Ce poisson, si connu sur nos côtes, est désigné sous le nom de *Célon, Célerin,* en Normandie; *Royan,* sur les côtes de l'Ouest; *Sarda,* sur la Méditerranée. Ce poisson, nourrissant, de facile digestion, est agréable au goût et mangé frit, grillé ou braisé. Quelquefois cette espèce est mise en conserve comme les anchois et est servie comme hors-d'œuvre.

Saumon *(Salmo)* un beau poisson effilé, à dos bleu ardoisé, les flancs d'un gris argenté, avec des taches noires sur la tête qui est cinq fois et demie plus courte que la longueur totale du poisson. Ce poisson est un des plus beaux relevés de potage, il peut être servi entier, cuit en court-bouillon, braisé avec sauce, grillé, ou par tranches qu'on appelle *darne.* Sa chair est ferme, rosée, agréable au goût, de facile digestion.

Sèche *(Sépia).*— Ce mollusque *Sèche* ou *Seiche,* est très répandu sur nos côtes où il est connu sous le nom de *Sépia,* sa peau est lisse, blanchâtre et se distingue facilement du poulpe *(Octopus),* par les deux bras plus longs que les autres, tandis que les poulpes en ont huit pareils. Il y a également les calmars *(Loligo),* avec deux bras inégaux comme les sèches, mais avec le sac beaucoup plus

long. Tous ces mollusques sont ordinairement mangés en matelote, ils sont peu nourrissants et difficiles à digérer.

Sole *(Solea)*. — Ce poisson, très connu sur nos côtes, est des plus délicats, la chair ferme fournit une alimentation légère, respiratrice, qui convient aux estomacs délicats ou convalescents. La sole se prête à un très grand nombre de préparations culinaires, frites, grillées, au beurre, en sauce, au gratin, à la normande, etc.

Surmulet (*Mullus*). — Est une sorte de rouget plus grand que le précédent, très bon, mais inférieur au rouget ordinaire (*Mullus barbatus*). Il s'en distingue par des raies longitudinales jaunes qu'il présente. Il est connu sous le nom de *Gros Rouget*, côtes de la Méditerranée; *Barbeau, Canard*, côtes de l'Ouest; il subit les mêmes préparations du vrai rouget.

Tacaud, *voir* **Gadus.**

Tanche *(Tinca)*.— Poisson d'eau douce à chair visqueuse et indigeste, connu sous le nom de *Tinche,* dans le centre de la France, et *Tenco,* dans le Midi. Ce poisson est de coloration olivâtre et tout étant plus gros, ressemble un peu au goujon de rivière. Ce poisson est peu estimé, surtout quand il a été pris dans des eaux vaseuses.

Thon *(Thymus).*— La chair est ferme, nourrissante, un peu indigeste, il peut être servi braisé, au court-bouillon, comme relevé de potage. Conservé dans l'huile, il ne doit être servi que comme hors-d'œuvre.

Touille, *voir* **Lamie.**

Truite *(Trutta).*— Ce poisson, de la famille des Salmonées, est un excellent relevé de potage; il subit les mêmes préparations que le saumon. Sa chair est délicate, ferme, nourrissante, facile à digérer, et convient aux estomacs délicats. La truite de mer vit avec les saumons et s'en distingue par de petites taches en forme de croissant, semées sur les flancs, et par sa taille plus petite.

Il existe plusieurs espèces de truite, celle de rivière, de lac, et toutes offrent un excellent mets.

Turbot *(Rhombus).* — Poisson qui offre un des meilleurs relevés de potage. Il diffère de la barbue par sa forme moins ovoïde et par des tubercules sur le côté des yeux. Il est servi ordinairement comme les barbues en court-bouillon avec une sauce hollandaise. Connu sous le nom de *Round,* supérieur à la barbue, le turbot a la chair très délicate, ferme, surtout quand il a été crimé, et de facile digestion.

Vairon *(Proxinus).* — Le *Vairon* ou *Véron,*

comprend, je crois, plusieurs espèces de petits poissons d'eau douce variant de 6 à 8 centimètres de longueur. Le *P. Lævis,* désigné sous le nom de *Verdon, Verdelet, Vernieïssa,* est le plus commun. Ce poisson, que l'on mange frit habituellement ou sauté, est de facile digestion et assez agréable au goût.

Vive *(Trachmies).* — Ce poisson est connu sous le nom de *Iragna* ou *Araignée de mer,* et porte des aiguillons qui peuvent déterminer de fâcheux accidents. Il existe plusieurs variétés de 8 à 15 centimètres de long et 2 ou 3 centimètres de haut. Ce poisson fade, de difficile digestion, se sert frit ordinairement.

Zée, *voir* **Dorée.**

Des viandes.

Agneau. — L'agneau jeune ne fournit aucun principe excitant pour les organes digestifs et ne doit être pris par conséquent qu'en petite quantité afin d'éviter des indigestions qui pourraient survenir; âgé de quelques mois il est plus nourrissant, délicat et rafraîchissant. Les préparations culinaires de l'agneau sont très variables, il se sert en poulette, en matelote, en galantine, rôti ; les côtelettes sont servies quelquefois pour hors-d'œuvre

et les quartiers peuvent être servis, faute de mieux, pour relevé de potage.

Alouette. — Cet oiseau, jeune et gras, est un aliment léger, substantiel, délicat et de facile digestion pour tous les estomacs. On mange plusieurs espèces d'alouettes qui sont fort recherchées à la fin de l'automne et en hiver. Elles peuvent être servies à la broche, en salmis, sautées ou en pâtés.

Andouille. — L'andouille est de difficile digestion qui, à cause des condiments qu'on y ajoute, peut avoir des propriétés échauffantes. Elle est ordinairement servie grillée ou cuite au four.

Bartavelle. — La bartavelle jeune est une espèce de perdrix fort délicate, nourrissante, échauffante, qui ne convient pas aux estomacs délicats. Ce gibier jeune offre un rôti précieux, il peut être servi en salmis et se prête à un très grand nombre d'apprêts.

Bécasse. — Elle est surtout précieuse en hiver, elle a une chair tendre, délicate, nourrissante, de facile digestion; mais, mangée faisandée, elle ne convient pas aux estomacs délicats. La bécasse est ordinairement servie bardée comme un excellent rôti; elle peut être aussi mise en salmis comme entrée de gibier.

Bécasseau. — Moins délicat que la bécasse, il vit dans les marécages et est de facile digestion. Il sert aux mêmes usages que la bécasse.

Bécassine. — Elle subit les mêmes apprêts que la bécasse, mais plus facile à digérer; sa chair est tendre, délicate, savoureuse, tonique et convient aux estomacs délicats.

Becfigue. — Cet oiseau, comme tous ceux qui sont à bec fin, a une chair délicate, savoureuse, réchauffante, de facile digestion. Ces petits oiseaux à la broche sont exquis, on les mange en salmis comme entrée.

Bœuf. — Le bœuf est celui de nos animaux qui possède la viande la plus nutritive; bouilli, il est peu nourrissant, mais en daube ou rôti, il convient aux personnes débilitées, qui trouveront dans cette viande un puissant reconstituant. Le bœuf peut fournir avec ses filets, ses côtes, son aloyau, de précieux relevés de boucherie et offrir à la rigueur quelques ressources à la cuisine comme rôtis; la culotte, la tranche, la poitrine font de bons bouillis, et peuvent aussi servir à faire la daube.

Boudin. — Le boudin est de difficile digestion et ne convient pas aux estomacs délicats, il est ordinairement mangé grillé ou frit. Le boudin blanc est plus facile à digérer.

Caille. — Oiseau de goût agréable qui appartient à l'alimentation stimulante et chaude, de digestion facile à moins qu'elle ne soit trop grasse. Les cailles à la broche forment un rôti recherché.

Canard. — Le canard ne convient pas aux estomacs délicats quand il est trop gras; sa chair est savoureuse, nourrissante, de facile digestion quand il est jeune. Il peut être servi rôti, en salmis, avec des légumes frais, ou même sur des purées de légumes secs, etc.

Cervelas. — Le cervelas est un aliment chaud et indigeste comme tous ceux que fournit le cochon, il ne convient pas aux personnes sédentaires.

Cervelle. — La cervelle est d'une digestion facile et peu nourrissante, elle ne peut convenir aux estomacs délicats si elle n'est préparée avec des assaisonnements excitants. Elle peut être mangée frite, comme hors-d'œuvre chaud, au beurre noir, en sauce piquante comme entrée ordinaire, ou bien froide, en aspic.

Chapon. — Le chapon est précieux en cuisine; braisé, il peut être servi pour relevé de potage, ou comme entrée de volailles; à la broche il constitue, surtout quand il est truffé, un précieux rôti. La chair est tendre, délicate, substantielle, de facile

digestion et peut être considérée comme une des meilleures viandes blanches.

Chèvre. — La chèvre possède un goût désagréable; elle est dure, de difficile digestion et peu recherchée en cuisine.

Chevreau. — Préférable à la chèvre, mais la viande est inférieure à celle de l'agneau et peut subir les mêmes apprêts.

Chevreuil. — La chair du jeune chevreuil est comme celle de l'agneau, mais quand l'animal a atteint un an sa chair est de facile digestion, réparatrice comme celle du mouton. Le chevreuil se sert avec une sauce poivrade ou une sauce venaison comme relevé de potage; ou en civet, comme entrée et le gigot constitue un excellent rôti.

Cochon. — Cette viande est lourde, peu nourrissante, de difficile digestion; mais elle offre de nombreuses ressources en cuisine. Des oreilles à la queue tout est utilisable. Le porc frais peut être mis à la broche; la tête, les oreilles et les côtelettes en sauce piquante ou ravigote; la queue, les saucisses peuvent être mangées grillées avec une purée de légumes secs; les jambons à la sauce tomate, les boudins frits ou grillés, etc., etc. Le cochon ne peut être servi dans les dîners d'apparat.

Coq. — La chair d'un vieux coq est coriace peu réparatrice, mais jeune, il possède une chair tendre et agréable. On prépare les vieux coqs comme les poules, en entrées chaudes ou en galantine.

Coq de bruyère. — Le coq de bruyère est un aliment délicat, substantiel, de facile digestion qui fournit un excellent rôti. Nous avons sur nos marchés le coq de bruyère, la plus grosse espèce du genre *Tétras* aussi gros que le dindon, qui est supérieur en taille et en qualité au *Petit Coq* à queue fourchue, dont les fourches s'écartent en dehors, qu'on appelle *faisan noir*, et enfin la *Lagapède* ou *Perdrix des Pyrénées*, d'un plumage cendré roux rayé de noir et d'un blanc pur avec bande noire sous les ailes.

Courlis. — La chair du petit courlis ou *courlieu*, qui vit dans les marais, est délicate, facile à digérer, et se mange rôtie ou en salmis.

Dindon. — La chair du dindon est délicate, tendre, excitante, nourrissante, de facile digestion. La femelle est préférable au mâle. Elle peut être servie comme relevé de potage, en entrée, en galantine ou rôtie à la broche. La dinde truffée est un des rôtis les plus délicats.

Faisan. — Sa chair est tendre, délicate, facile à digérer mais elle ne convient pas aux estomacs

délicats si on le met en venaison. Le faisan à la broche est un rôti fort estimé.

Fauvette. — Comme les becs fins.

Foies. — Le foie de bœuf qui contient beaucoup de sang est un aliment lourd, il peut être utilisé au bouillon. Les foies de veau, de mouton, de porc, renferment beaucoup d'albumine et constituent une nourriture assez convenable. Ils peuvent être mangés en sauce à la bourgeoise, sautés, en biftecks, en papillotes, en pâtés, etc., mais trop cuit, cet aliment devient dur et de difficile digestion.

Les foies gras sont plus indigestes; mais mis en terrine et pris en petite quantité, cet aliment, qui constitue un excellent plat froid, devient très digestible.

Fraises. — La fraise du veau, qui provient du mésenthère et des boyaux, est nourrissante mais de difficile digestion. Cet aliment blanchi, bien cuit et dégraissé, peut être mangé avec une sauce rémoulade comme hors-d'œuvre froid, frit, gratiné ou sauté.

Fromage. — Les fromages faits fermentés, mangés avec réserve sont toniques, stimulants, mais les fromages frais sont lourds pour la plupart des estomacs.

Gélatine. — La gélatine s'extrait ordinairement

par l'ébullition des tissus blancs des animaux, et se désigne sous le nom de *gelée*. Cette matière est peu nutritive, mais, mélangée aux aliments, elle se digère facilement et s'assimile bien.

Gelinotte. — Cet oiseau délicat, de facile digestion, très nutritif, est fort estimé comme rôti; il peut être servi en salmis.

Gras-double. — Le gras-double, partie grossière du ventre du bœuf, est très nourrissant, un peu rafraîchissant, mais il ne convient qu'aux bons estomacs. Il peut être servi en blanquette, à la mode de Caen, quelquefois avec une rémoulade.

Grenouille. — La chair de ce batracien est agréable et réparatrice; elle est quelquefois employée pour faire du bouillon aux convalescents. Les grenouilles sont ordinairement servies frites, avec une marinade ou bien en sauce poulette.

Grillage. — La viande grillée est la meilleure des préparations; par ce mode d'apprêt, la viande est plus sapide, et se digère plus facilement.

Grive. — La grive a la chair fine, délicate, savoureuse, réparatrice et de facile digestion, si si elle n'est pas trop grasse ou trop de goût au genièvre. Elle constitue une excellente entrée comme salmis, ou un précieux rôti.

Jambon. — C'est la partie du cochon la moins indigeste, néanmoins il ne convient qu'aux estomacs robustes.

Jus. — Les jus de viande sont très réparateurs et conviennent aux personnes qui ont besoin d'être restaurées. Les viandes rouges sont celles qui fournissent le meilleur jus.

Langues. — Aliment savoureux, d'une facile digestion, que l'on peut servir, après l'avoir blanchi et ratissé, rôti à la broche ou avec une sauce piquante, une soubise, comme les autres viandes.

Lapin. — Le lapin jeune est de convenable digestion, et constitue une nourriture substantielle; le lapin domestique est bien plus indigeste, et ne peut figurer dans un dîner d'apparat. Les lapins de campagne et les lapins domestiques subissent les mêmes apprêts, et peuvent être servis en civet, sautés, rôtis à la broche, etc., mais le lapin de campagne est beaucoup plus délicat, et peut être servi dans des dîners convenables.

Les *lapins des Indes* ont une chair tendre, difficile à digérer à cause de leur graisse et ne constituent qu'un aliment de médiocre valeur.

Lard. — Aliment de difficile digestion, qui ne convient qu'aux personnes robustes adonnées à l'exercice du corps.

Lièvre. — Le lièvre a une chair tendre, savoureuse, très nourrissante, de facile digestion. Il subit les mêmes apprêts que le lapin. Le lièvre jeune, que les chasseurs nomment *président,* est mangé rôti, tandis qu'on le prépare en sauce ou on le met en pâté, quand il est vieux.

Macreuse. — Oiseau aquatique très coriace quand il est vieux; mais jeune, il constitue un aliment réparateur de convenable digestion. Il est ordinairement servi en salmis, et peut être rôti quand il est jeune.

Marouette. — Petit râle tacheté qui habite les étangs et appartient à l'alimentation chaude et réparatrice. Cet oiseau est ordinairement servi rôti, et peut être utilisé en salmis.

Mauviette. — La mauviette est une espèce d'alouette. *Voir ce mot.*

Merle. — Le merle est délicat, savoureux, substantiel et fournit un bon rôti inférieur aux grives, pourtant il peut être indigeste s'il est trop gras.

Miroton. — Ragoût aux oignons qui ne convient pas aux estomacs délicats, mais permettant d'utiliser quelquefois le bouilli dans les ménages qui prennent beaucoup de bouillon gras.

Mouton. — La viande de mouton, après celle du bœuf, est la plus nutritive, elle est très réparatrice et de facile digestion. Le mouton peut subir un très grand nombre de préparations culinaires. Les pieds peuvent être servis à la poulette, les queues braisées ou les poitrines peuvent être servies sur des purées de légumes, les côtelettes grillées ou en ragoût avec un grand nombre de sauces. Les gigots peuvent être braisés, servis au jus ou rôtis, etc., etc.

Oie. — Aliment sain et chaud qui ne convient pas aux estomacs délicats. Elle peut subir les mêmes apprêts que le canard et peut être confite et conservée longtemps dans la graisse.

Ortolan. — L'ortolan est un petit oiseau dont la chair est fort délicate, chaude, réparatrice, qui convient aux estomacs délicats; très engraissé, l'ortolan est plus difficile à digérer. Il doit être servi rôti à la broche et légèrement acidulé avec le jus de citron.

Outarde. — La chair de l'outarde paraît être, comme celle de l'oie, chaude, délicate, réparatrice, mais, comme elle est moins grasse, elle doit être plus facile à digérer. La *cannepetière* ou *petite outarde* est fort délicate comme rôti. Ces oiseaux peuvent subir les mêmes apprêts que le canard.

Palombe. — La palombe ou *pigeon ramier* est tendre, chaud, réparateur. Elle peut être mis aux petits pois, en crapaudine, en papillote, en salmis ou rôtis, etc.

Pâtés. — Les pâtés, en général, sont plus difficiles à digérer que les viandes dont on les prépare, à cause de la graisse dont ils sont imprégnés.

Perdrix. — La chair de perdrix est délicate, nourrissante et de convenable digestion. Les apprêts culinaires de ce gibier sont très multiples; ordinairement, les perdrix vieilles sont servies en sauce et les jeunes perdreaux fournissent un excellent rôti.

Pieds. — Les pieds, en général, sont des aliments indigestes qui ne doivent être pris qu'à dose modérée et avec des assaisonnements qui réveillent l'action de l'estomac. Ils peuvent être servis en poulette, en salade ou au gratin.

Pigeon. — Le pigeon fait partie de l'alimentation chaude et réparatrice, la chair est tendre et de facile digestion. Il peut être préparé comme la palombe.

Pintade. — La chair de la pintade est délicate, substantielle, de digestion facile. Quand elle est

jeune, elle peut fournir un rôti délicieux à la broche; vieille, elle doit être servie comme entrée chaude.

Pluvier. — Aliment chaud, réparateur, de facile digestion, qui fournit un rôti délicat et peut être servi en salmis.

Poularde. — La poularde, qui est une jeune poule engraissée, a une chair fine, savoureuse, très nourrissante et facile à digérer quand elle n'est pas trop grasse. Elle est précieuse en cuisine, elle fournit des entrées délicieuses, et peut aussi figurer comme excellent rôti, surtout quand elle est truffée.

Poule. — La poule fournit un aliment délicat, substantiel, de facile digestion; vieille elle sert quelquefois en cuisine pour faire le bouillon qui convient à tous les estomacs; elle peut être utilisée comme entrée ou mise en galantine.

La poule d'eau a une chair gluante et indigeste: elle est utilisés en cuisine comme entrée ou comme rôti, mais elle ne peut figurer dans un dîner d'apparât.

Poulet. — La chair du poulet est délicate, légère, de facile digestion et convient aux estomacs faibles et délicats. Ce volatile est précieux en cuisine; il peut être sauté; il s'accommode à

toute sauce et peut fournir un bon rôti surtout quand il est petit, dodu et gras.

Ragoûts. — Les ragoûts en général sont plus indigestes que les rôtis et ne conviennent pas aux estomacs trop délicats, mais la variété est si facile dans les ménages qu'on peut manger, sans trop de fatigue d'estomac, un ragoût à chaque repas.

Râle. — Le râle de genet a une chair délicate substantielle, de facile digestion. Il fournit en cuisine un bon rôti et peut être aussi utilisé en salmis.

Le râle d'eau est le synonyme de *marouette. Voir ce mot.*

Rôtis. — Les rôtis à la broche ou les grillages, sont très réparateurs, stimulants et de digestion plus facile que les autres préparations culinaires. Ils conviennent mieux que les entrées chaudes aux estomacs débiles.

Salmis. — Le salmis est une préparation excitante dont il ne faut pas abuser, elle convient peu aux estomacs délicats.

Sarcelle. — La sarcelle est un canard sauvage qui jouit des mêmes propriétés au point de vue hygiénique et culinaire, mais beaucoup de personnes considèrent la sarcelle comme plus délicate que le canard sauvage.

Saucisse. — La saucisse ne convient pas trop aux estomacs délicats, comme toutes les préparations du cochon elle est de difficile digestion pour les personnes sédentaires, mais les personnes adonnées aux exercices de corps digèrent fort bien cet aliment. Le saucisson est plus indigeste mais on ne le mange que comme hors-d'œuvre, tandis que la saucisse peut être mangée grillée ou en sauce tomate, etc. Certaines personnes la conservent dans la graisse pendant le printemps.

Tourterelle.— La tourterelle a une chair substantielle qui appartient à l'alimentation chaude. Elle subit les mêmes préparations que le pigeon.

Vache. — Sa chair est bien inférieure à celle du bœuf, elle est moins nourrissante et de plus difficile digestion.

Vanneau. — Le vanneau, au point de vue hygiénique et culinaire, ne diffère pas du pluvier. *Voir ce mot.*

Veau. — Le veau, lorsqu'il n'est pas trop jeune, de deux mois environ, est délicat et savoureux, mais s'il n'est pas convenablement assaisonné, il est indigeste et certains estomacs ne peuvent le supporter. Cette viande est une des plus précieuses pour la cuisine; les fraises, les cervelles, les ris frits peuvent être servis en hors-d'œuvre, la poi-

trine, les côtelettes, les cuissots, les épaules peuvent être servis en entrée, la tête au naturel et les tranches et les épaules même peuvent fournir de bons rôtis pour les dîners d'ordinaire.

Des légumes.

En botanique, on donne le nom de *légume* (synonyme de gousse) aux fruits des plantes que composent la famille nombreuse des Légumineuses, mais par extension en cuisine, on désigne sous le nom de *légume,* les plantes potagères employées comme aliment et même les œufs sont servis quelquefois en place de légumes.

Artichaut. — Ce légume cru ne convient guère aux estomacs faibles, mais cuit il constitue un excellent aliment, excitant, savoureux, nourrissant, de facile digestion, qui convient aux estomacs paresseux. Il est mangé en salade, ou comme garniture de ragoût, à la barigoule, farci à l'italienne, etc.

Asperges. — Les asperges sont toniques, nourrissantes, de facile digestion et agréables au goût. L'abus pourtant pourrait produire une irritation des voies urinaires. On les mange en salade, en omelette ou avec une sauce au beurre.

Aubergine. — L'aubergine constitue un aliment peu nutritif qui a besoin d'assaisonnement pour le rendre plus digestible. Ce légume appartient à l'alimentation douce et ne convient pas aux estomacs délicats. Elle est mangée frite, en ragoût, au maigre ou farcie avec la viande.

Betterave. — Ce légume est aqueux, sucré, rafraîchissant; mangé en salade comme il est habituellement préparé, il peut convenir aux estomacs paresseux, mais pris à l'excès il pourrait être indigeste.

Câpres. — Les boutons du câprier, ceux de la capucine, qu'on mange confits dans le vinaigre, excitent l'appétit, mais sont d'une digestion pénible.

Carde. — Le carde est un aliment peu réparateur, mais sain, doux, de facile digestion. Cet aliment est préparé au vinaigre, à la moelle, au jus, ou employé comme garniture.

Carottes. — Les carottes sont douces, sucrées, rafraîchissantes, de difficile digestion pour les estomacs convalescents et peu nutritives, elles ne conviennent qu'aux personnes bien portantes. On peut manger cet aliment sauté au beurre, en sauce, ou bien en ragoût comme garniture.

Céleri. — Le céleri cru se digère assez difficilement, mangé en salade il est échauffant; cuit en garniture de ragoût, il perd de son parfum mais il est plus digestible et plus nourrissant. On ne doit en user qu'avec modération.

Champignons. — Les champignons sont nourrissants, chauds, mais de difficile digestion. Beaucoup de variétés de champignons sont vénéneuses et parmi les bonnes variétés, certaines sont malfaisantes, par conséquent on ne saurait apporter trop de prudence dans le choix de pareils aliments. Dans les grandes villes on peut manger avec confiance les champignons que l'on achète sur le marché parce qu'ils sont inspectés avec beaucoup de soins par des hommes compétents, mais dans la campagne on doit se défier toujours de ceux que l'on ne connaît pas parfaitement.

Je ne me hasarde donc pas de citer les caractères des champignons alimentaires qui appartiennent aux genres *Agaric, Bolot, Clavaire, Mérule, Helvelle, Moritle* et *Tuber*. Dans ce dernier genre, se trouvent les *Truffes comestibles,* parmi lesquelles on peut citer la *Truffe noire*, la plus intéressante, dont la surface est recouverte par des verrues prismatiques plus ou moins saillantes. Quand elle est jeune, elle est désignée, à cause de la blancheur du parenchyme, sous le nom de *Truffe blanche* et n'a aucune valeur. Les autres variétés, la *Truffe d'été* (*T. æstivum*), la *Truffe d'hiver*

(*T. brumale*), la *Truffe grise* (*T. griseum*), n'ont pas grand mérite. Cette plante est ordinairement employée comme condiment, elle est très nourrissante et échauffante. Les champignons servent à la garniture des ragoûts ou sont mangés dans diverses préparations au maigre.

Châtaignes. — Les châtaignes sont mangées bouillies ou grillées; elles fournissent une alimentation douce, substantielle. Certaines personnes les mangent en purée dans le potage, on en fait même une bonne marmelade; mais quelle que soit leur préparation, les estomacs délicats ne doivent en user qu'avec modération.

Chicorée. — La chicorée peut être mangée crue, en salade et se digère plus difficilement que lorsqu'elle est cuite; préparée au maigre ou au gras, elle constitue un aliment recommandable aux estomacs délicats.

Chocolat. — Le chocolat bien préparé à l'eau est ordinairement de facile digestion, il convient assez aux estomacs délicats, mais préparé au lait cet aliment, qui renferme déjà beaucoup de beurre de cacao, est moins digestible.

Choux. — Les choux bien cuits forment un aliment doux, peu nourrissant et de difficile digestion pour certains estomacs; mais les personnes

bien portantes digèrent facilement ce légume. Les parties blanches seules doivent être utilisées, les côtes médianes et les parties vertes sont indigestes. La choucroûte est un aliment plus sain, plus nourrissant et de plus facile digestion. Le chou-fleur se digère assez facilement quand il est bien cuit, il appartient à la nourriture douce et peu réparatrice. Le choux de Bruxelles est très recherché par ses qualités délicates et savoureuses. Cet aliment agréable, nourrissant est d'une digestion assez facile. Ces diverses variétés de choux peuvent être préparées au maigre ou avec la viande.

Citrouille. — La citrouille (*cucurbita maxima*), connue sous le nom de *potiron* ou *courge*, est un fruit potager rafraîchissant, doux, peu réparateur, facile à digérer, qui sert pour les potages. La purée, mêlée à celle du riz, constitue une excellente garniture de potage et un bon aliment.

Concombre. — Le concombre est un aliment rafraîchissant, peu nourrissant, d'une saveur peu agréable, de difficile digestion quoique assaisonné comme une salade.

Cresson. — Le cresson des fontaines (*Nasturtium officinale*) et le cresson alénois (*Lepidium sativum*), comme toutes les crudités, sont indigestes mais ils sont recherchés à cause de leurs propriétés chaudes et dépuratives.

Doucette. — La doucette ou mâche (*Valerianella olitoria*) est une plante cultivée dans les jardins que l'on mange en salade; comme toutes les crudités, elle ne convient pas aux estomacs trop délicats.

Endive. — L'endive ou chicorée des jardins se mange habituellement en salade, excite l'appétit, elle est rafraichissante, de digestion facile et convient aux estomacs échauffés et paresseux. L'endive hachée peut être servie avec du veau.

Épinard — Les épinards se préparent ordinairement au beurre, ils sont rafraichissants, laxatifs, de facile digestion; ils conviennent aux personnes atteintes de constipation. L'usage de cet aliment bienfaisant n'est pas assez répandu; sur mes conseils certaines personnes ont vu disparaître une constipation opiniâtre qui avait résisté à toutes les médications pharmaceutiques.

Fèves — Les fèves fraîches (*Faba*) sont légères, nourrissantes, rafraîchissantes, d'assez facile digestion; en purée, elles sont indigestes, et ne conviennent qu'aux personnes vouées aux exercices du corps.

Gruau. — Le gruau est mangé en potage au maigre ou au gras, il est nourrissant et rafraîchissant.

Haricots. — Les haricots secs contiennent une fécule unie à un principe sucré qui en fait un aliment très nourrissant, de difficile digestion, qui ne convient pas aux personnes sédentaires. Les haricots verts sont peu réparateurs, mais ils sont doux, savoureux et d'une facile digestion. Ces aliments peuvent être mangés avec la viande ou bien au maigre, sautés au beurre, ou en salade.

Houblon. — Le houblon (*humulus lupulus*) est surtout cultivé pour la fabrication de la bière, mais au printemps les bouts tendres des plantes sont mangés en salade comme les asperges et constituent un aliment sain, tonique, mais de digestion facile.

Laitue. — Les diverses laitues forment une alimentation douce, peu réparatrice mais calmante. Elles sont mangées en salade, cuites, braisées au maigre ou mélangées avec la viande.

Lentilles. — Les lentilles, qui peuvent être mangées sautées au beurre, en salade ou à la viande, sont nourrissantes, émollientes, de facile digestion, et, en purée, elles conviennent aux estomacs les plus délicats.

Maïs. — La farine de maïs, sert à faire des bouillies et des gâteaux, qui constiuent un aliment doux, réparateur, de facile digestion.

Manioc. — Le manioc (*Manihot utilissima*), contrairement à presque toutes les plantes de la famille des Euphorbiacées qui sont fort dangereuses, fournit, par la préparation qu'on lui fait subir, une farine qui constitue un excellent aliment doux et réparateur. La matière pulvérulente, qui surnage l'eau des lavages du manioc, est connue sous le nom de *tapioca*

Marron. — Le marron n'est qu'une variété plus ronde de la châtaigne, qui se distingue par sa saveur plus agréable et par un ombilic plus petit. *Voir* **Châtaigne.**

Melon. — Le melon est un bon hors-d'œuvre, qui a les mêmes propriétés hygiéniques que les citrouilles.

Navet. — Les navets peuvent être mangés au maigre ou au gras et constituent une alimentation douce, sucrée, savoureuse, de facile digestion, qui convient assez aux estomacs fatigués.

Œufs. — Les œufs non durcis sont de digestion très facile ; ils appartiennent à la nourriture douce, réparatrice et constituent un aliment complet, recommandable à tous les estomacs délicats. Les œufs durcis sont indigestes. Cet aliment qui peut subir plus de cent préparations délicieuses est indispensable en cuisine.

Oignons. — Les oignons crus sont de difficile digestion, ils sont irritants, fortifiants; cuits ils se digèrent plus facilement mais ne conviennent qu'aux estomacs sains.

Olives. — Les olives sont toujours de difficile digestion pour les estomacs malades, mais les bons estomacs digèrent facilement ce fruit.

Orge. — L'orge perlé, dans le potage, est sain et réparateur; mondé, il sert à faire des tisanes rafraîchissantes.

Oseille. — L'oseille *(Rumex acetosa)* que l'on cultive dans les jardins, est une plante acide, peu réparatrice, de facile digestion, qui rafraîchit et excite l'appétit. J'ai vu, bien souvent, vendre au marché, de l'oseille qui n'appartenait certainement pas au genre Rumex. D'après certains médecins, l'oseille dispose à la gravelle jaune.

Piment. — Le piment est une plante de la famille des solanées (*Capsicum annuum*) qui se mange en salade et constitue un aliment âcre, de difficile digestion. D'autres espèces confites dans le vinaigre (*C. grossum*) nous servent de condiment, mais l'emploi doit en être fait avec beaucoup de réserve.

Pissenlit. — Le pissenlit jeune est mangé en salade; il est rafraichissant, diurétique et laxatif.

Pois. — Les pois contiennent beaucoup de fécule unie à un principe sucré qui en fait une nourriture douce, nourrissante, de facile digestion. Les pois frais ne sont pas si faciles à digérer et ne conviennent qu'aux personnes bien portantes, on les mange sautés au beurre ou avec la viande.

Poirée. — Plante laxative, rafraichissante, de facile digestion. Le parenchyme des feuilles se prépare comme les épinards, la nervure médiane peut être servie avec la viande ou en sauce blanche comme on sert les cardes qui sont de beaucoup supérieurs à la poirée.

Pomme d'amour. — La pomme d'amour ou *tomate* est tonique, rafraîchissante, de facile digestion. Elle peut être mangée farcie, au gratin, et constitue un précieux condiment.

Pomme de terre. — La pomme de terre constitue, après le blé, l'aliment le plus utile et le plus sain. Ce précieux tubercule contient beaucoup de fécule, il est très nourrissant, de facile digestion, et fait partie d'une alimentation douce et réparatrice. Les préparations de ce légume sont très variées.

Potiron, *voir* **Citrouille**.

Radis. — Les radis sont mangés crus comme

hors-d'œuvre, ils sont excitants, indigestes, peu nourrissants. Les radis noirs sont les plus excitants, et les plus indigestes, tandis que le jeune radis, tendre est plus doux et plus facile à digérer.

Raves. — Les raves crues ont les mêmes propriétés que les radis, mais cuites, elles se digèrent plus facilement.

Riz. — Le riz est un excellent aliment, réparateur, de facile digestion. La crême est très recommandable aux estomacs délicats. Le riz est mangé en potage, en garniture, et est utilisé en pâtisserie pour la confection de certains gâteaux.

Salsifis. — Les salsifis servent comme garnitures ou sont mangés au maigre, avec une sauce au beurre ; ils sont doux, assez nourrissants, de facile digestion, et conviennent aux estomacs faibles et délicats. Le *salsifis noir*, la *scorzonère* jouit des mêmes propriétés.

Sucre. — Le sucre n'est pas un aliment complet, mais il facilite beaucoup le travail de la digestion.

Tapioca, *voir* **Manioc.**

Tomate. — Tomate est synonyme de *Pomme d'amour.*

Truffes, *voir* **Champignons.**

Des fruits.

Comme tu le vois, je n'emploie pas ce mot dans son sens botanique, car, il m'obligerait à traiter de certains produits végétaux que j'ai considérés comme légumes, mais, si cette classification satisfait moins le botaniste, elle aura le mérite d'être plus claire, puisque j'adopte pour ce mot la signification consacrée par l'usage.

Les fruits peuvent être mangés frais, secs ou cuits. Les fruits sucrés sont généralement mangés frais, tandis que les autres fruits acides, acerbes, qui, par la cuisson ou la dessication, perdent leur acidité, sont mangés secs ou cuits. Les fruits sont d'autant plus nourrissants qu'ils contiennent de la matière sucrée.

Abricot. — Fruit à noyau, doux, un peu nourrissant, de digestion facile, qui convient aux personnes bien portantes; mais si la maturité est un peu avancée, l'abricot peut devenir indigeste et laxatif. Ce fruit peut être utilisé pour faire de bonnes marmelades.

Amande. — Ce fruit est assez nourrissant, mais il ne convient qu'aux personnes qui sont en bonne santé. L'huile et la fécule que renferme l'amande rendent cet aliment indigeste. On ne doit

en user qu'avec modération. L'amande verte est plus facile à digérer. Ce fruit sert à la préparation des nougats.

Ananas. — Ce fruit aggloméré, quoique mangé chez nous presque toujours à l'état de conserve, est très parfumé, très rafraîchissant et de facile digestion. Ce fruit exotique peut servir à la préparation de beaucoup d'entremets sucrés.

Anis. — L'anis est plus employé en pharmacie à cause de ses propriétés carminatives qu'il ne l'est en cuisine. Il est utilisé comme condiment.

Arbouse. — Fruit indigeste de très médiocre valeur.

Azerole. — Fruit à noyaux, acidulé, astringent, indigeste. Il peut être utilisé pour la préparation des gelées

Banane. — Fruit à pulpe fondante, d'un goût parfumé et sucré, très estimé dans les pays chauds.

Café. — N'est employé que pour faire une boisson stimulante qu'on prend après le dessert. Cette boisson favorise la digestion et peut combattre ainsi les relâchements diarrhéiques.

Cerise. — Fruit acidule, peu nourrissant, mais sain et rafraîchissant.

Coing. — La pulpe de ce fruit astringent et tonique sert à préparer une excellente marmelade ; on peut préparer aussi de bonnes gelées et la pâte de coings.

Cormier (Sorbier des oiseleurs, *sorbus accaparia*). — Fruit rouge très astringent, que certaines personnes, dans le Nord, utilisent pour faire une boisson.

Dattes. — Les dattes sont toniques, légèrement astringentes, nourrissantes, mais, mangées en trop grande abondance, elles sont de difficile digestion.

Figue. — Nourrissante, savoureuse, de digestion facile, mangée en petite quantité. La figue sèche est plus nourrissante, mais plus indigeste et ne convient qu'aux personnes qui sont en bonne santé.

Fraise. — Ce fruit peu nourrissant, de difficile digestion pour certaines personnes, est très agréable au goût ; pour la rendre plus digestible, il convient d'ajouter du sucre et du vin ou un jus de citron. L'abus de ce fruit, qui ne convient qu'aux personnes dont l'estomac fonctionne bien, peut provoquer une espèce d'urticaire.

Framboise. — Ce fruit jouit des mêmes propriétés que les fraises.

Groseille. — Ce fruit tonique et rafraîchissant sert à préparer d'excellentes gelées légères et savoureuses qui conviennent aux estomacs délicats.

Guigne. — Espèce de cerise plus ferme et plus nourrissante que les cerises acidules.

Jujube. — Ce fruit indigeste est plus employé en pharmacie qu'en cuisine ; il sert à préparer certaines décoctions pectorales.

Noisette. — Comme l'amande, ce fruit assez nourrissant est difficile à digérer.

Noix. — Ce fruit ne convient qu'aux bons estomacs ; elles sont nourrissantes, mais indigestes.

Nèfle. — La nèfle bien mûre est légèrement sucrée et de facile digestion. Sa légère astringence la rend précieuse pour les personnes dont les intestins sont relâchés.

Orange. — Les oranges mûres sont douces, rafraîchissantes, agréables au goût, de facile digestion, mais elles sont indigestes quand elles ne sont pas mûres.

Pêche. — La pêche est peu nourrissante, mais mûre elle est de digestion facile, savoureuse et

rafraîchissante. Elle peut être mangée au sucre ou au vin et convient à tous les estomacs.

Poire. — Les variétés de ce fruit sont si multiples que toutes les poires n'ont pas les mêmes qualités. Les poires douces, fondantes, sont savoureuses, de facile digestion et conviennent à tous les estomacs, mais les poires astringentes, fermes, sont de difficile digestion et doivent être mangées cuites; à cet état, elles sont légèrement laxatives et recommandées aux personnes sédentaires.

Pomme. — Les pommes sont un peu plus difficiles à digérer que les poires, mais les bonnes pommes sont douces, savoureuses et conviennent à tous les estomacs. Les pommes cuites sont nourrissantes et de digestion facile.

Prune. — Les prunes bien mûres sont un peu nourrissantes, de digestion facile et quelque peu relâchantes. Les pruneaux sont plus indigestes, mais plus nourrissants; cuits dans l'eau, ils entretiennent la liberté du ventre.

Raisin. — Le raisin est un des meilleurs fruits indigènes, il est nourrissant, rafraîchissant, de facile digestion et convient à tous les estomacs. J'ai vu obtenir des cures remarquables par l'absorption de grandes quantités de raisins.

Des épices.

Dans cette section se trouveront les assaisonnements qui varient beaucoup par leurs propriétés.

Ail. — L'ail est un assaisonnement excitant, énergique, indigeste à l'état cru; mais cuit, il devient plus facile à digérer et favorise la digestion des autres aliments qu'il assaisonne.

Anis. — L'anis est un assaisonnement excitant et échauffant, peu employé en cuisine; l'usage doit en être modéré, il jouit des propriétés carminatives.

Basilic. — Bon condiment qui, comme les autres labiées employées à cet usage, est agréable au goût et facilite la digestion.

Beurre. — Le beurre rance est malfaisant, désagréable au goût et peut produire des acidents; le bon beurre, au contraire, est agréable au goût, légèrement laxatif et a une heureuse influence sur les aliments secs.

Cannelle. — La cannelle est d'une saveur piquante et forme un assaisonnement tonique,

stimulant, dont il ne faut user qu'à faible dose; son emploi n'est pas utile en cuisine.

Câpres, *voir* **Vinaigre.**

Cerfeuil. — Le cerfeuil excitant, échauffant et diurétique, qui peut être utilement mêlé, à petite dose, aux aliments de difficile digestion.

Ciboule. — La ciboule, petit oignon, excite l'appétit, stimule les fonctions digestives, mais échauffe beaucoup.

Citron. — Le citron, fruit du citronnier (*citrus medico*), est un excellent assaisonnement pour beaucoup d'aliments, tels que viandes blanches surtout, dont il facilite la digestion en les rendant plus excitants et plus rafraîchissants. Le zeste est employé comme parfum dans la pâtisserie.

Echalote. — L'échalote, sorte de petit ail, relève le goût des aliments, facilite et active la digestion.

Estragon. — L'estragon est apéritif, stomachique; il sert surtout à la préparation du vinaigre destiné à la conservation des cornichons, des câpres, etc.

Gingembre. — Le gingembre est un assaisonnement tonique mais excitant, très échauffant, à

saveur piquante, qui irrite beaucoup l'estomac; il est peu utile en cuisine.

Girofle. — Le girofle est un des assaisonnements les plus employés, il est tonique, excitant, et échauffe peu.

Graisse. — La graisse est la partie de la chair des animaux la moins importante comme aliment; seule, elle est lourde, indigeste, produit des nausées, mais associée avec les aliments, elle se digère assez bien. L'emploi de ce condiment doit être très modéré et toujours de bonne qualité, la graisse rance peut être nuisible.

Huile. — L'huile d'olive, mêlée avec les aliments, est nourrissante et de digestion facile; mais à grandes doses, elle peut devenir indigeste et produire des effets laxatifs.

Laurier. — Le laurier d'Apollon (*Laurus nobilis*), comme la cannelle et autres plantes appartenant à la famille des laurinées, est aromatique et chaud; il doit être employé avec beaucoup de réserve.

Limon. — Le limon est une espèce de citron (*C. limonus*) qui jouit des mêmes propriétés que le *C. medica*.

Moutarde. — La moutarde est un excitant qui relève le goût des aliments et en facilite la digestion. L'usage doit en être modéré, car ses propriétés rubéfiantes sont assez connues et peuvent faire juger de l'irritation qu'elle produit sur l'estomac.

Muscade. — Elle est cordiale, stomachique et contribue à donner un goût agréable aux préparations culinaires.

Persil. — Le persil (*Petrosolinum*) est une plante potagère de la famille des ombellifères qui fournit un condiment chaud, stimulant, d'une odeur agréable et fréquemment employé en cuisine. Les feuilles ont quelque ressemblance avec une plante très toxique connue sous le nom de Petite Ciguë (*Aethusa cynapium*) de la même famille. Comme la petite ciguë se rencontre quelquefois dans les jardins, la plus grande attention doit être apportée au choix du persil. Cette plante écrasée entre les doigts répand une odeur aromatique agréable, tandis que la ciguë répand une odeur de souris. La tige de la ciguë est tubuleuse tandis que celle du persil est pleine.

Poivre. — Le poivre est un condiment chaud et non rafraîchissant comme certaines personnes le supposent ; sa saveur est piquante et l'usage ne convient pas aux estomacs irritables.

Romarin. — Le romarin est une plante excitante, peu échauffante qui, employée à très faible dose, pourrait rendre les aliments agréables et faciliter la digestion, mais elle n'est pas employée en cuisine.

Safran. — Le safran, peu utilisé en cuisine, est échauffant et indigeste.

Sel. — Le sel est le condiment de toutes les préparations culinaires, il excite les glandes salivaires, favorise la digestion des aliments. L'excès du sel provoque la chaleur dans la bouche, la soif, et peut devenir nuisible comme le sont d'ailleurs presque tous les aliments salés, sardines, anchois, harengs, saucisson, etc., etc. Le monde entier fait usage de cette épice depuis un temps immémorial, c'est le seul condiment indispensable aux préparations culinaires.

Serpolet. — Le serpolet (*Thymus serpyllum*) comme les assaisonnements de la famille des Labiées en général, est un bon condiment, qui rend les aliments agréables au goût et facilite la digestion.

Thym. — Le thym (*Thimus vulgaris*) est comme le serpolet.

Vinaigre. — Le vinaigre de bonne qualité, c'est-à-dire le vinaigre de vin, facilite la digestion

mais beaucoup de personnes en font un trop grand usage ; les personnes nerveuses et irritables ne devraient pas s'en servir, il affaiblit les forces de l'estomac et peut occasionner des dispepsies. Le vinaigre sert aussi à attendrir les viandes que l'on fait mariner et à confire les fruits et légumes qui s'en pénètrent fortement, tels que les cornichons, les câpres, etc., dont l'action est nuisible comme celle du vinaigre. Les mauvais effets de ce condiment ne se font pas ressentir sur les viandes que l'on met à mariner, parce que ces aliments du règne animal l'absorbent moins que ceux du règne végétal.

SIXIÈME ENTRETIEN.

La Cuisine et son utilité.

Dis-moi ce que tu manges,
Je te dirai ce que tu es.
(*IVe aphorisme de* BRILLAT-SAVARIN).

La cuisine doit être aérée, éclairée et maintenue dans un très bon état de propreté. Afin que de fréquents lavages puissent l'assainir, le sol doit être dallé ou pavé avec un bon ciment; les murs seront revêtus de briques blanches vernies jusqu'à une hauteur de deux mètres; la partie supérieure des murs et le plafond seront blanchis tous les ans au lait de chaux. Les détritus de matières végétales ou animales seront souvent enlevés et le sol qui les recevait sera lavé tous les jours. L'évier, au lieu d'être construit en pierre poreuse, le sera, avec une grande déclivité, en pierre dure ou recouverte en fonte métallique. Les tuyaux de chute doivent être de grand diamètre et se rapprocher de la direction verticale afin de faciliter l'écoulement et seront adaptés à l'égout au moyen d'un double siphon hydraulique avec tuyau d'évent intermédiaire.

Jusqu'à ce jour, la plupart de nos cuisines bourgeoises, dans la campagne surtout, ont été éclairées à l'huile ou au pétrole et ont eu le bois ou le

charbon pour combustible, mais, grâce aux découvertes qui ont été faites, la cuisine du plus modeste hameau pourra bientôt être économiquement éclairée à l'aide d'un des gaz en usage de nos jours. Cet éclairage a de très grands avantages sur l'éclairage au pétrole, auquel il faut attribuer de regrettables incendies. Comme combustible aussi, le gaz d'éclairage peut rendre de grands services en cuisine et remplacer avantageusement le charbon et surtout le bois. La dépense du gaz comme combustible n'est pas plus grande dans les cuisines bourgeoises qu'elle ne l'est avec le bois, et que de propreté et de commodités en plus. A l'aide du gaz et même du pétrole, tout en vaquant à ses occupations, la ménagère peut faire le traditionnel pot-au-feu et obtenir cette douce ébullition, frémissante et réglée, tandis que l'emploi du bois et même du charbon nécessite son attention continuelle et la met dans l'impossibilité de faire autre chose; or, ne perdons pas de vue le proverbe : *Le temps est de l'argent*. Enfin, l'emploi du gaz, qui permet d'obtenir un meilleur pot-au-feu, aura une heureuse influence aussi sur la préparation de beaucoup d'autres mets et surtout sur les rôtis et les grillages. Lorsqu'on met, comme font la plupart des personnes, une côtelette, par exemple, sur un gril ordinaire posé sur la braise, la graisse et le jus se répandent dans le feu et enfument la viande, tandis qu'à l'aide du gaz, la cuisson se fait dans un sens inverse; une vive chaleur

facile à régler cuit d'abord le dessus de la côtelette et forme une espèce de croûte qui s'oppose, en retournant le grillage, à la perte du suc nutritif; la côtelette sera donc non seulement meilleure au goût, mais elle sera plus réparatrice.

Enfin, dans les maisons où l'on prépare une cuisine abondante, l'usage du fourneau à charbon, sans supprimer le fourneau à gaz, peut rendre d'utiles services, car il permet ordinairement d'avoir un four pour les gratins, une étuve pour chauffer les plats, les assiettes et une bouillotte qui met à tout instant de l'eau chaude à la disposition de la maison.

Il est bien évident que je ne parle que de la modeste cuisine bourgeoise renfermant seulement l'indispensable; les personnes qui désireraient une cuisine bien aménagée nécessaire aux dîners de cent couverts, par exemple, devraient avoir des étuves, des bouillottes, des fours à pâtisserie, etc.

Que ta cuisine soit, autant que possible, spacieuse, éclairée, commode, agréable à habiter; le travail qui s'y fera toujours avec gaieté de cœur sera mieux soigné, et l'ouvrier qui se plaira dans son laboratoire fera de très grandes économies sur la dépense alimentaire.

Ne dédaigne pas de visiter cette pièce, c'est celle qui de tout ton appartement doit mériter le plus de surveillance de ta part; des produits qui s'y préparent peut dépendre la santé de ta famille et même ton bonheur conjugal, car ne te le dissi-

mule pas, les hommes, en général, ne sont pas insensibles aux plaisirs de la table. Je ne voudrais pas faire une comparaison trop réaliste mais qu'il me soit permis de te faire observer que c'est par la vie de l'estomac que les animaux les plus sauvages ont été rendus domestiques.

Ne crois pas, chère enfant, que la bonne cuisine efféminé les peuples. au contraire, elle est chez eux un indice infaillible de civilisation, et son influence se fait sentir sur la santé, l'intelligence, le caractère et sur tous les actes de la vie.

Qu'un père de famille en se mettant à table trouve un dîner bien préparé, il mangera avec plaisir et au dessert il sera tout heureux de prodiguer ses caresses à tous les siens. Si, au contraire, le potage est mal préparé, l'entrée mal réussie, le rôti brûlé, il sera maussade malgré lui, il ne trouvera chez sa femme que des défauts et ses enfants lui paraîtront insupportables. Quoique puissent en dire beaucoup de personnes indifférentes aux plaisirs de la table — ou qui feignent de l'être — un dîner pris avec plaisir se digère plus facilement et exerce par conséquent une certaine influence sur la santé et par suite sur le caractère.

Les femmes des patriarches s'occupaient de la fabrication des pains, des gâteaux, des friandises, qui devaient servir d'offrandes, et nous voyons dans l'Écriture Sainte que Sarah pour donner plus

de valeur à la collation servie aux Anges qui rendirent visite à Abraham se fit un plaisir de la préparer.

Cléopâtre n'ignorait aucune des ressources que l'on pouvait obtenir de l'art culinaire, et la liste des dames qui ont compris l'utilité de cette étude serait longue, mais pour la terminer je te citerai les noms des Maintenon, des Conti, des Soubise, des Sévigné, qui n'ont pas dédaigné les occupations de ce genre; et les diverses sauces qui portent le nom de toutes les sommités féminines de ce siècle viennent attester de leur amour pour cet art qu'elles avaient étudié.

Dans la correspondance de Mme de Maintenon on trouve une lettre qui mérite d'être étudiée par toutes les jeunes femmes. Elle fait le relevé des dépenses de la maison et de la table de son frère, grand dissipateur et essaie de mettre un frein aux prodigalités de sa belle-sœur; elle finit ainsi : « Si mes calculs sont utiles je n'aurai pas de » regret de la peine que j'ai prise pour les faire; » je vous aurai fait voir que je sais quelque chose » du ménage ».

Une table solide ou *banc de cuisine* est aussi indispensable pour le dressage des plats, que des planches volantes sur lesquelles on travaille. L'emploi de ces planches, qu'on peut retourner et laver à volonté, permet de ne pas travailler sur la table bien plus coûteuse et que pour cette raison on doit ménager.

Rien n'est plus variable que la batterie de cuisine, composée dans certaines maisons, de tourne-broches, lèchefrites, grils, plats divers, de plusieurs séries de casseroles, grandes, moyennes, petites, telles que casseroles à sauce, casseroles à bain-marie, casseroles plates ou sautoirs, casseroles à réduction, de marmites, de braisières, de plafonds, de bassines, de poêlons, de moules à gelée, à charlotte, à cylindre, à dorin, à torsade, à calotte, à biscuit, à baba, à nougat, à croquembouche, à sultane, à flan, etc., de coupe-pâtes, de petits moules, de cuillers à légumes, de couteaux, de poissonnières longues ou turbotières, de grils, de cuillers, de passoires, d'écumoires, de couverts, d'épargnes, etc., etc., aussi, j'engagerai une dame à se procurer ce qu'elle jugera convenable et nécessaire au genre de cuisine qu'elle désire faire.

Si, dans l'énumération des divers ustensiles de cuisine que je viens de faire, certains n'ont qu'une médiocre utilité dans les petites cuisines, d'autres sont indispensables, le tourne-broche, par exemple. Quelle que soit sa forme, peu importe, il suffit que le mouvement de rotation soit uniforme, mais il n'en est pas de même des broches et il est fort regrettable que les broches à berceau ne soient pas plus répandues. Cette heureuse innovation qui n'est pourtant pas de création récente, en facilitant la mise en broche des viandes qui sont toujours d'aplomb, permet de faire cuire les viandes

sans les percer, et donne des rôtis bien plus succulents. Sous le rôti qui cuit, on doit mettre un plat destiné à maintenir le pavé propre en recevant les sucs qui peuvent être utilisés.

La grillade ou gril est de la plus grande importance en cuisine. Je t'ai parlé des avantages de la cuisson au gaz, mais si l'on est privé de cet appareil, je te recommande l'usage d'une *Prussienne;* elle active la cuisson par son puissant tirage, et entraîne dans la cheminée la fumée qui pourrait compromettre la valeur du rôti et se répandre dans la cuisine et les appartements. Je serais heureux de te dire quelle est l'origine de ce mot *Prussienne,* qui peut faire supposer que cette machine à griller est d'origine prussienne, mais je l'ignore; ce que je peux dire, c'est que cette innovation est toute française.

Les personnes qui voudront préparer quelque peu de pâtisserie devront avoir un four construit en pierre, différemment, elles risquent d'avoir de nombreux insuccès, le four du fourneau ne donne que de médiocres résultats. Une grande planche très unie comme table de pâtisserie, ou, mieux encore, une plaque en marbre épais devient très nécessaire.

Dans les grandes maisons destinées à donner beaucoup de dîners, il existe aussi le garde-manger, pièce dans laquelle toute les viandes sont préparées, marinées et conservées jusqu'au moment de la cuisson; cette pièce doit être aérée

facilement afin de maintenir plus de fraîcheur aux viandes qui doivent y séjourner.

En terminant cet entretien sur la cuisine, son utilité et ses divers ustensiles, je dois dire qu'un chauffe-assiettes, qui permet de servir des assiettes chaudes pendant tout le temps du dîner, est fort agréable.

SEPTIÈME ENTRETIEN.

Des Potages.

Le potage est au dîner
ce que le péristyle est à l'édifice
(Grimod de la Reynière).

On désigne sous le nom de *potage* un aliment formé de deux parties bien distinctes. La première qu'on appelle *bouillon,* obtenue par l'ébullition de certaines substances alimentaires, la seconde fort variable qui sert de garniture au bouillon.

Il y a deux sortes de potages, les *potages maigres* et les *potages gras;* les uns et les autres peuvent être clairs ou liés. Les premiers sont préparés avec les poissons ou les légumes; les seconds avec la viande. Dans presque tous les ménages on prépare le potage sous de noms divers, consommé, soupe, pot-au-feu, mais toutes les personnes n'obtiennent pas les mêmes résultats.

Le potage est une nourriture saine, légère, mais moins nourrissante qu'on ne le croit généralement, néanmoins, les bons effets du potage ne pourraient être niés; il réjouit l'estomac et le dispose à recevoir et à digérer.

Je ne chercherai pas à t'apprendre toutes les recettes de potage qui ont été publiées dans divers ouvrages — leur nombre s'élève à plus de mille — je me bornerai, comme je te l'ai déjà dit, à t'indiquer d'une manière générale les connaissances

culinaires indispensables à une dame, à quelque condition qu'elle appartienne.

Avant de commencer par le plus simple des potages connu sous le nom de *soupe d'aulx bouillis*, occupons-nous des généralités.

Comme il n'est pas indifférent à une ménagère de connaître la quantité d'aliments nécessaires à la nourriture de son ménage, j'aurais voulu te donner des indications précises, malheureusement cette quantité est soumise à tant de variations qu'il n'est pas possible de la déterminer mathématiquement. Sur cette quantité, variant selon les tempéraments, l'habitude, la profession, le climat, selon même la qualité et la préparation des aliments, je peux, néanmoins, te donner des chiffres approximatifs qui pourront te servir de guide dans tes premiers essais en cuisine. Tu comprendras facilement aussi que la quantité nécessaire de chaque plat varie selon l'ampleur du menu et que la quantité de potage, par exemble, doit être plus importante dans un dîner ordinaire à deux ou trois plats qu'elle ne l'est dans un dîner d'apparat qui compte six ou sept plats.

La quantité d'eau employée pour la préparation du potage peut être évaluée en moyenne à deux cents grammes par personne et deux grammes de sel. Cette eau réduite par la cuisson donne en moyenne de cent cinquante à cent soixante-dix grammes de potage. Cette quantité est adoptée à peu près dans tous les dîners et pour tous les

potages. Beaucoup de personnes mettent une pincée de poivre et diverses épices dans toutes les soupes, dans tous les ragoûts ; d'autres n'en mettent presque nulle part. Après t'avoir parlé des propriétés échauffantes des diverses épices, je conclurai que le sel est indispensable, mais les autres condiments qui peuvent avoir leur utilité ne doivent être pris qu'à dose très modérée.

POTAGES MAIGRES.

Soupe d'aulx bouillis (1). — La préparation en est fort simple. Prends pour chaque personne 200 grammes d'eau salée à 1 0/0, ajoute un clou de girofle, une gousse d'ail (2) et trempe avec ton eau bouillante quatre ou cinq tranches de pain, légèrement arrosées avec de l'huile, pour chaque personne. Certaines personnes préfèrent frotter le pain avec l'ail au lieu de faire cuire les gousses. Cette soupe ne peut être servie qu'en famille, car l'ail est un condiment indigeste, à odeur désagréable, dont il ne faut pas abuser.

---

(1) Je devrais dire : soupe aux *aulx* ou aux *ails,* mais je me suis servi de l'expression la plus usitée.

(2) J'adopte, comme tu vois, le langage culinaire ; scientifiquement parlant, je n'emploierai pas le mot de *gousse,* fruit des légumineuses.

Soupe aux choux. — Dans la quantité d'eau salée ci-dessus où tu auras mis un os de jambon, un morceau de petit lard coupé en tranches tenant à la couenne, fais blanchir la moitié d'un chou, un navet, quelques pommes de terre, et, quand les légumes sont cuits, verse le tout sur des tranches de pain dans un plat pouvant aller au feu, ce qui te permettra de faire mitonner cette soupe et de la servir assez épaisse.

Soupe à l'œuf. — Mets dans une terrine un jaune d'œuf (qui peut servir pour le potage de quatre ou cinq personnes), tourne vivement avec une cuiller et ajoute de l'huile goutte à goutte afin de faire un mélange parfait, ce qu'on appelle en cuisine *monter un jaune d'œuf*. Après avoir versé quatre cuillerées d'huile environ, délaie cette *émulsion* (1) avec deux ou trois cuillerées d'eau froide afin d'en faire un liquide bien blanc sans trace de jaune. Au moment de dîner, ajoute pour chaque personne 150 grammes environ d'eau bouillante convenablement épicée, trempe ta soupe avec ce bouillon blanc et sers de suite.

---

(1) L'expression est peut-être un peu hasardée, mais on peut donner, je crois, le nom d'*émulsion animale* au mélange d'un jaune d'œuf avec l'huile. On désigne généralement en pharmarie sous le nom d'*émulsion* un mélange momentané d'aspect laiteux, formé avec l'eau et un principe huileux ou résineux.

Potage au fromage. — Râpe du fromage dans le fond d'une soupière allant au feu, mets une couche de tranches de pain coupées très minces et une couche de fromage alternativement. Verse sur ce pain le bouillon que tu auras préparé à la poêle en faisant convenablement roussir de l'oignon haché bien menu dans du beurre ou de la bonne graisse et ajoute eau, sel et poivre nécessaire. Cette soupe doit être posée sur un feu doux afin de la faire mitonner.

Potage aux pâtes d'Italie. — Dans la quantité d'eau bouillante épicée jette une grande cuillerée de pâtes pour chaque convive et fais bouillir à grand feu; quand elles sont cuites, après un quart d'heure environ, ajoute 8 ou 10 grammes de beurre par personne, vanne bien ton potage et lie-le avec un jaune d'œuf monté, comme je t'ai fait voir pour la soupe à l'œuf.

Toutes les pâtes d'Italie peuvent être préparées ainsi, mais la semoule demande un peu plus d'attention. On doit tourner constamment la semoule en la versant dans le bouillon afin de ne pas la faire brûler au fond de la marmite.

Potage à la purée de pois chiches. — Mets dans ton pot vingt grammes de pois chiches environ pour chacun, avec la quantité d'eau salée que je t'ai indiquée et fais cuire le tout avec un poireau, un brin de céleri et une carotte. Aussitôt

que les pois sont cuits, verse le tout dans la passoire et, à l'aide d'une cuiller en bois ou d'un champignon, écrase les légumes, ajoute huit à dix grammes de beurre par portion en délayant la purée que tu verseras sur des croûtons frits ou sur des tranches de pain coupées bien minces.

Comme les pois chiches sont assez souvent de cuisson difficile, il convient de les faire tremper pendant huit ou dix heures dans une eau légèrement alcaline (1). Certaines personnes même après avoir fait tremper les pois chiches pendant cinq ou six heures à l'eau chaude, en enlèvent la peau, fort indigeste, en pressant les pois chiches entre les doigts, pour obtenir ainsi une prompte cuisson.

On prépare de la même façon les purées de *carottes,* de *pois secs,* de *pois cassés,* de *pois verts,* de *haricots,* de *lentilles,* de *pommes de terre,* de *riz,* de *navets,* de *courge,* et des autres légumes secs et frais, pour faire les potages maigres.

On peut aussi mélanger ensemble certaines purées; celle de la courge mêlée à celle du riz, fait un très bon potage; la purée de riz avec la purée de lentilles ou des pois divers, forme un potage très sain et très nourrissant, etc.

A ces diverses purées, maintenues un peu plus claires, on peut ajouter un ou plusieurs légumes

---

(1) L'eau qui a servi à faire cuire des épinards est légèrement alcaline et remplit très bien le but.

frais, tels que artichauts, asperges, navets, laitue, oseille, coupés en filets, en petits dés, ou des petits pois, etc., et obtenir, comme tu vois, une très grande variété de potages. Et cela s'obtient d'autant mieux que toutes ces purées peuvent aussi être préparées avec du bouillon gras et tous les divers potages peuvent être liés avec des jaunes d'œufs, ou servis avec leur couleur naturelle.

Je ne t'ai pas parlé des divers noms de potage qui, quelquefois, varient selon les auteurs, mais en causant des potages gras, je te citerai les noms les plus usuels. D'ailleurs, une étude trop détaillée ne rentre pas dans le cadre que je me suis tracé, mon but est de t'apprendre à préparer une cuisine fort simple qui te permettra néanmoins de varier la nourriture de ton ménage.

Bouillabaisse provençale. — Mets dans une casserole cent grammes de bonne huile d'olive, une tomate, un oignon, un citron épepiné, une gousse d'ail, le tout coupé en quatre, ajoute une feuille de laurier et pose sur le feu. Fais revenir l'oignon sans le faire roussir et mets dans la casserole, pour quatre personnes, un kilogramme de poissons coupés en tranches et d'espèces aussi variées que possible, merlan, sole, rouget, grondin, raie, rascasse, langouste, ajoute une pincée de safran, deux pincées de persil haché très fin, un demi-verre de vin blanc et mouille ton poisson juste à couvert avec l'eau tiède, fais bouillir

promptement le tout et après un quart d'heure de cuisson verse le potage ainsi obtenu dans un plat où tu auras préparé dix ou douze tranches de pain blanc, ayant un centimètre d'épaisseur. Certaines personnes versent le bouillon et le poisson sur les tartines de pain; d'autres trempent leur soupe simplement avec le bouillon et mettent le poisson dans un autre plat; ce dernier usage est plus généralement adopté à Marseille.

Bisque d'écrevisses. — Prends une douzaine d'écrevisses au moins pour chaque convive, fais-les cuire au vin blanc, égoutte-les sur un tamis et verse le jus de cuisson que tu as recueilli dans le bouillon gras que tu auras préparé. Après avoir ôté et paré les queues, prépare le beurre d'écrevisses avec les parures et les chairs qui restent, mêle-le à ton potage, passe celui-ci à travers un tamis et verse-le avec les queues des écrevisses gardées sur les petits croûtons de pain, après l'avoir lié avec un jaune d'œuf par litre.

Pour obtenir le potage un peu plus économiquement, certaines personnes préparent le beurre d'écrevisses avec toutes les chairs et ajoutent une quantité équivalente de purée de riz pour lier le potage.

BOUILLONS GRAS.

Plusieurs viandes peuvent être employées pour faire le bouillon, mais la viande de bœuf fraîche, de

bonne qualité donne le potage le plus sapide et le plus nutritif. Les morceaux de bœuf que l'on doit préférer pour le potage sont la culotte, la poitrine, la tranche. Dans les ménages où le bouilli est mangé au naturel, on donne la préférence au mouton, surtout dans le midi.

Pour obtenir un bouillon plus léger certaines personnes ajoutent un peu de veau ou de volaille, mais ordinairement les viandes blanches ne sont employées que pour les estomacs délicats.

Pot-au-feu. — Pour obtenir un potage ordinaire à quatre personnes, mets dans un litre d'eau froide trois cents grammes de bœuf, cent grammes d'os cassés, et dix grammes de gros sel; amène lentement le liquide à l'ébullition sans le couvrir et enlève avec l'écumoire toute l'écume qui se forme. Au bout d'une heure d'ébullition ajoute de soixante à soixante-dix grammes de légumes (carotte, navet, poireau et céleri) liés avec un brin de persil et un clou de girofle piqué dans un morceau d'oignon (1) et couvre le pot. Au cas où tu n'aurais pas tous ces légumes le succès de ton pot-au-feu ne sera pas compromis, pourtant le céleri, le poireau et la carotte sont nécessaires. Si tu désires mettre des viandes blanches ajoute-les une heure

(1) Ces légumes sont souvent désignés sous le nom de *bouquet assaisonné*.

après. Continue à faire bouillir le pot très modérément, ajoute, au besoin, une cuillerée d'eau fraîche pour ralentir l'effet du feu et après cinq heures de cuisson, passe ton bouillon à travers une étamine, un linge ou une passoire et tu obtiendras un bon bouillon destiné à préparer ton potage (1).

Ce bouillon préparé en plus grande quantité les jours de dîners d'apparat peut servir à la préparation des sauces qui sont plus vite réduites et par suite plus veloutées. Ce bouillon étant destiné à plusieurs emplois ne doit donc pas être coloré.

Soupe ordinaire.— Pour préparer ton potage remets ton bouillon tamisé sur le feu et porte-le à l'ébullition. Lorsque tu auras l'intention de tremper la soupe au pain, il n'y aura pas d'inconvénient à préparer le bouillon avec une plus grande quantité de légumes ; à l'aide des choux et des pommes de terre tu peux doubler et tripler même cette quantité. Prends des tartines de pain coupées bien minces, mets-les dans un plat et verse le bouillon dessus. On peut aussi coupant le pain à petits dés et ajoutant des légumes coupés en lanières, obtenir un potage qui peut se servir dans un dîner convenable, mais dans ce cas, il doit être servi clair. Au

(1) Le pot-au-feu quelquefois est préparé au bain-marie ou à la boule, mais je n'ai jamais essayé et ne connais pas les avantages d'un pareil procédé.

moment de servir, ajoute un peu de beurre et vanne bien ton potage.

Potages aux pâtes alimentaires.-- Si tu désires ton potage légèrement doré, ajoute quelques gouttes seulement de caramel et jette dans ton bouillon en ébullition les pâtes alimentaires que tu auras choisies, à raison de dix grammes par personne et sers chaud. Un quart d'heure de cuisson suffit aux nouilles, aux macaronis et aux diverses pâtes.

On peut servir, à part, dans une assiette, du fromage râpé, gruyère ou parmesan.

Pour les potages à la semoule, verse dans la liqueur bouillante la semoule, et tourne-la sans cesse avec une cuiller.

Potage au tapioca, à la fécule de pomme de terre. — Délaie dans un peu de bouillon chaud une cuillerée à bouche d'une de ces farines pour chaque convive et verse le tout dans le bouillon en ébullition. Retire ton bouillon du feu pour le faire cuire doucement ; quelques minutes suffisent pour servir.

Potage au riz. — Prends pour chaque personne une cuillerée à bouche de riz que tu peux faire crever dans l'eau froide, verse ton riz dans le bouillon et fais mijoter pendant deux heures avant de servir. On peut aussi, sans inconvénient,

faire cuire le riz dans le bouillon sans le faire crever à l'eau froide.

Potages aux purées. — Dans une marmite, avec une quantité d'eau égale au quart environ des légumes employés, fais cuire les purées, comme je te l'ai dit en parlant des potages maigres, et aussitôt que ta purée est prête, délaie-la dans le bouillon gras que tu auras préparé. Porte le potage à l'ébullition, verse-le dans ta soupière et sers-le chaud.

Tu peux, si tu désires servir ces divers potages avec du pain roussi au four et coupé à petits dés.

Les diverses purées qui nous ont occupés, en parlant des potages maigres, peuvent être préparées de la même façon avec du bouillon gras.

On désigne sous le nom de *potage à la Crécy*, un bouillon gras lié avec une purée de carottes; la purée d'oignons sert de base au *potage à la Soubise*, formé d'un bouillon gras lié avec des jaunes d'œufs; le *potage à la Chantilly* est fait avec une purée de pois verts; la purée de choux-fleurs sert à préparer le *potage à la Dubarry;* le *potage à la Julienne* est préparé avec quelques légumes frais, tels que carottes, poireaux, oseille, laitue, choux, céleri, ciselés en filets très fins de deux ou trois centimètres de long, et, en ajoutant quelques pointes d'asperges et quelques petits pois verts, on obtient le *potage printanier*. Tu vois donc combien il est facile avec un peu de peine de

varier la composition des potages. Mais j'ai hâte de te dire que les cuisiniers qui sont jaloux de la réputation de leur travail finissent mieux ces potages qui sont beaucoup plus compliqués; seulement, pour tes besoins personnels, contente-toi de ces notions élémentaires : qu'un grand soin soit apporté à la préparation du bouillon gras, et les jours de dîners d'apparat, avant de servir ton potage, vanne-le bien en ajoutant deux ou trois grammes de bon beurre par personne.

Je ne parle pas, mon enfant, de tous les potages liés à la purée de gibier, à la purée de volailles, etc., ces mets ne sont pas seulement très coûteux pour les mettre en usage chez toi, mais ils ne sont pas meilleurs pour la santé.

Je pense que cette leçon suffira à t'initier à la connaissance des potages que tu m'as vu préparer et j'espère aussi qu'avec un peu d'attention tu pourras, désormais, préparer ou surveiller les potages que tu destineras à tes hôtes ou à tes invités qui, très souvent, seront de l'avis de Molière (1). N'oublie jamais que l'exactitude est une des plus grandes qualités du cuisinier.

---

(1) *Les Femmes savantes*, acte II, scène VII.

HUITIÈME ENTRETIEN

Des Sauces

Le saucier est la pierre angulaire
de la cuisine trascendante.
(Mis Cuss.)

Au potage succèdent ordinairement les hors-d'œuvre, mais, comme la préparation de quelques-uns de ces mets nécessite la connaissance de certaines sauces, c'est par leur étude que nous commencerons.

Cette partie de l'art culinaire est certainement plus difficile qu'on ne croit et Brillat-Savarin disant : « *On devient cuisinier, on naît rôtisseur* » a prouvé qu'il ignorait à la fois les difficultés de cet art, les qualités et les connaissances nécessaires à un bon saucier. Pour s'initier à ce travail dont les difficultés sont plus réelles que l'on ne se l'imagine généralement, et acquérir quelque habileté, un homme doit non seulement faire des études théoriques, il doit aussi passer par l'école de la pratique sous la direction d'un bon maître.

Mais qu'un pareil langage ne te décourage pas, je n'ai nullement l'intention de compléter tes études culinaires, il suffit que tu puisses acquérir les connaissances générales nécessaires à la direction de ton ménage. Si la préparation des sauces exige

beaucoup de travail, elle nécessite surtout une surveillance active, constante, sans laquelle on ne peut obtenir que de médiocres résultats.

Dans les cuisines des maisons luxueuses, auxquelles on affecte un important budget, les sauces sont préparées avec des *jus réduits*, et liées avec de *bons roux* tandis que dans la plupart des ménages, pour des raisons d'économie, les sauces sont faites avec du bouillon, quelquefois même avec de l'eau, et liées avec la farine. Dans ce cas il faut choisir la farine de bonne qualité et la maintenir dans un endroit sec. Si, par raison d'économie, je t'engage à ne pas adopter les jus réduits pour les préparations dans les repas ordinaires, je te conseille de préparer avec des jus les mets que tu destineras à tes invités les jours de gala. Ces jus désignés quelquefois sous le nom de *coulis* sont si concentrés qu'ils peuvent être considérés comme *essences de viandes;* mais pour tes besoins personnels, il suffit que tu connaisses la préparation d'un roux et d'un bon jus clair qui, selon les cas, te serviront à préparer tes diverses sauces.

Avant de commencer l'étude des sauces, occupons-nous de quelques généralités et habituons-nous à connaître les principales épices, leur densité et à nous faire une idée de la quantité de sauce nécessaire aux diverses préparations.

Les épices varient selon les pays ; dans certaines contrées la graisse est employée pour faire les

roux; d'autres donnent la préférence à l'huile; enfin le beurre est seul employé dans diverses maisons. A cette dernière épice je donnerais la préférence si je ne tenais compte de la dépense, mais en présence des prix qui varient selon les localités, tu choisiras l'épice qui sera le plus en rapport avec ton budget culinaire. D'ailleurs rien ne s'oppose au mélange de ces corps gras que l'on peut employer dans la plupart des préparations.

On donne le nom de *fines épices* à certains mélanges préparés avec la cannelle, la muscade, etc., que l'on trouve dans les épiceries sous le nom d'*épices des cuisiniers;* l'emploi en est facultatif et on ne doit en user qu'avec une très grande modération.

Le poivre, le girofle, l'ail, la ciboule, etc., ne sont pas absolument indispensables pour la préparation des sauces, par conséquent, tu peux te dispenser de leur emploi qui doit toujours être fort modéré.

Une demi-cuillerée de vinaigre peut remplacer avec économie le jus d'un citron; faute d'échalotes, tu peux aussi, sans trop risquer, mettre un peu d'oignons, par conséquent, ne t'inquiète pas outre mesure, si tu te trouves au dépourvu de ces épices; néanmoins, tu dois autant que possible faire usage de celles que je t'indiquerai à propos des grandes sauces.

Voici le poids approximatif d'une *cuillerée à*

bouche ordinaire (1) des diverses matières que l'on emploie en cuisine :

Une cuillerée d'eau ordinaire	18 à 19 g.
— de vinaigre	17 à 18 »
— d'huile	16 à 17 »
— de graisse fondue — de beurre fondu	17 à 18 »
— rase de farine	9 à 10 »
— — de fromage	6 à 7 »
— — de tomates en confiture	24 à 25 »
— — de sel pilé	19 à 20 »
— comble de farine prise dans une corbeille, sans la tasser	24 à 25 »
— — de fromage râpé	14 à 15 »
— — de tomates en confiture	45 à 50 »
— — de sucre pilé	19 à 20 »
— — de sel non pilé	40 à 42 »
Pincée de poivre	1/2 gr.

La grande cuiller à bouche contient environ quatre cuillerées à café et la grande cuiller à potage contient 150 centilitres environ. On peut évaluer à une cuillerée à bouche la quantité de sauce nécessaire à chaque convive dans les dîners d'apparat ; cette quantité dans les repas ordinaires peut être doublée ; tu peux donc te rendre compte de ce qu'exige une entrée quelconque.

Avant de commencer l'étude des sauces, il con-

---

(1) Cette mesure peut te paraître un peu arbitraire, mais tu comprendras par la suite que c'est celle qui est le plus à la portée de l'ouvrier.

vient de te parler des marinades, des braises, des mirepois, des diverses pâtes à frire, des fritures, qui, quoique en dehors des occupations du saucier dans certaines maisons, ont beaucoup de rapport avec les sauces.

Marinade cuite. — Fais roussir dans une casserole à un feu très doux une carotte, un oignon émincés, une gousse d'ail, une feuille de laurier, un brin de persil, une pincée de basilic et autant de thym, un clou de girofle dans cent grammes de beurre que tu remueras avec la cuiller de bois. Après cinq ou six minutes ajoute une grande cuillerée de vinaigre, deux cuillerées d'eau bouillante, et sept à huit grammes de sel, fais mijoter à petit feu pendant une heure et passe à l'étamine.

On peut aussi en supprimant le beurre et doublant la quantité de vinaigre faire une marinade froide avec les mêmes condiments.

Ces marinades peuvent servir à faire mariner les viandes rouges qui deviennent plus tendres. En hiver les viandes peuvent rester facilement sans s'altérer quatre ou cinq jours dans la marinade.

Braise. — Les viandes de boucherie, les volailles et les poissons peuvent être braisés. Pour préparer ainsi les aliments on marque ce qui est désigné en cuisine sous le nom de *fonds de braise*. Ce fonds varie dans les maisons, selon le budget de la cuisine, mais comme je t'ai promis de

rechercher l'économie je ne t'engagerai pas à avoir recours comme font certaines cuisinières avec raison, aux tranches de ruelle de veau pour préparer ta braise.

Pour braiser une dinde de quatre kilogrammes environ, fonce ta casserole avec des bardes de lard et pose la pièce dessus, assaisonne avec quinze à dix-huit grammes de sel, deux pincées de poivre, autant de thym et de basilic, une feuille de laurier, un brin de persil, deux clous de girofle, deux carottes et deux oignons émincés, ajoute une grande cuillerée de vin blanc, autant d'eau ou de bouillon, ferme hermétiquement avec un morceau de papier rond fort et beurré, pose le couvercle dessus et fais cuire lentement pendant quatre à cinq heures.

Poèle. — Cette préparation est ordinairement désignée par les dames sous le nom de *entre deux plats*. Elle est destinée le plus souvent à la préparation des viandes blanches et surtout des poulets.

Pour poèler un poulet fonce une casserole avec une cuillerée à bouche de maigre de jambon coupé à petits dés, une carotte et un oignon émincés, une pincée de poivre, une de thym et une de basilic, deux clous de girofle, le tout lié dans un brin de persil. Pose dessus ta volaille troussée, recouvre-la de chair de citron épepiné et de bardes de lard que tu fixeras avec quelques tours de ficelle et fais cuire à petit feu pendant deux heures.

La durée de la cuisson varie selon la grosseur de la pièce.

On peut manger en famille les viandes ainsi préparées, mais habituellement on ajoute une sauce connue en cuisine sous le nom de *mirepoix*.

Mirepoix. — Pour obtenir une mirepoix, fais roussir à peine, sur un feu doux, dans une cuillerée à bouche de lard et de maigre de jambon et une cuillerée de beurre, une échalote ou un peu d'oignon, un rien d'ail, une pincée de basilic et de thym, une feuille de laurier, on ajoute le jus d'un citron, une grande cuillerée de vin blanc ou de vin rouge et une cuillerée de bouillon ou de jus. Fais mijoter pendant deux heures, passe-le à l'étamine avec pression et sers ton entrée avec cette mirepoix.

Dans certaines maisons le fond de poèle est amélioré en le conservant plusieurs fois pour les nouvelles préparations ; tandis que dans la plupart des ménages elle sert, avec un peu d'eau, à préparer le mirepoix. Pour cela, il suffit d'ajouter le vin et le liquide ou fond de poèle, faire réduire et passer la sauce à l'étamine. On peut ajouter des truffes et des champignons à la mirepoix. Cette préparation convient bien aux ailerons de dinde, aux cuisses de volaille, aux pigeons, et c'est ainsi que se préparent les salmis de gibier.

Pâte à frire. — Dans une petite casserole fais tiédir 200 grammes d'eau salée à 1 0/0 et

30 grammes de beurre que tu verseras dans une terrine contenant 100 grammes de farine, ayant soin de mêler doucement afin d'obtenir une pâte mollette et bien déliée qui doit masquer la cuiller. On peut remplacer la moitié de l'eau par 100 grammes de lait et faire la pâte quelques heures d'avance. Au moment de t'en servir, incorpore un blanc d'œuf fouetté, trempe dans cette pâte les objets à frire au fur et à mesure et mets-les dans la friture, chaude à point.

Si la pâte est destinée aux entremets, tu peux ajouter une cuillerée à bouche de bon cognac ou deux cuillerées de bon madère.

Friture. — La friture peut être faite à l'huile, au saindoux, au beurre ou à la graisse de bœuf. On peut même mélanger ces corps gras, mais le saindoux et surtout la graisse de bœuf sont ceux qui conservent le plus longtemps le croustillant que l'on désire aux objets que l'on fait frire. Quel que soit le corps gras que l'on emploie, il faut le choisir frais et de bonne qualité.

Pour obtenir une belle friture, fais-la chauffer sur un feu ardent et aussitôt qu'elle sera chaude à point, ce que l'on reconnaît à la fumée vaporeuse qu'elle a jetée, plonge les objets à préparer dans la friture et retire-la sur le bord du fourneau afin de ne pas t'exposer à la brûler.

Nous allons d'abord étudier les *sauces simples* qui se complètent d'elles-mêmes, nous nous occuperons ensuite des *sauces capitales* qui rentrent dans la composition des sauces diverses que l'on désigne sous le nom de *sauces de réduction*.

SAUCES SIMPLES.

Beurre d'anchois. — Prends les filets de deux anchois lavés, pile-les avec cinquante grammes de beurre et passe-les au tamis.

Beurre maître-d'hôtel. — Mêle cinquante grammes de beurre avec un peu de persil hâché bien menu, une pincée de poivre et le jus d'un citron, manie-le tout ensemble et tiens-le dans un endroit bien frais.

Beurre noir. — Fais fondre à la poêle cinquante grammes de beurre, aussitôt qu'il commence à noircir ajoute quelques feuilles de persil et mets-le dans un plat. Essuie la poêle, fais bouillir avec deux ou trois grains de poivre, une feuille de laurier, trois cuillerées de vinaigre, verse le beurre fondu dans la réduction de vinaigre, donne un bouillon au liquide et verse chaud après avoir retiré les grains de poivre et la feuille de laurier.

On ajoute quelquefois une cuillerée de câpres entières.

Beurre d'écrevisses. — Ote les chairs des queues à une douzaine d'écrevisses cuites au *court-bouillon*, elles pourront servir à autre chose. Pile toutes les coquilles et quand elles sont réduites en pâte ajoute cent grammes de beurre et lorsque le tout forme un même corps, mets la pâte dans une casserole sur un feu doux, passe à travers un linge et laisse tomber le jus dans une terrine d'eau froide. Aussitôt que le beurre est figé retire-le de la terrine, éponge-le, dispose-le dans une terrine chaude et tourne avec la cuillère pour faire une pâte lisse de nuance cramoisie. On prépare le *beurre de homard* de la même manière, ainsi que le *beurre de crevette*.

Beurre de Montpellier. — Dans l'eau bouillante salée 3 0/0 environ, fais cuire quelques brins de cerfeuil, autant d'estragon, de pimprenelle et une gousse d'ail préalablement lavés. Après sept ou huit minutes d'ébullition retire la verdure avec l'écumoire, fais-la refroidir et mets trois œufs à durcir. Après avoir pressé la ravigote, mets-la dans un pilon avec les trois jaunes, sept ou huit anchois bien lavés et épluchés, une demi-cuillerée de câpres, un cornichon, et pile ce mélange pendant huit ou dix minutes, mêle cinquante grammes de beurre avec une pincée de poivre, une pincée de fines épices, et incorpore dans le mélange quarante grammes de bonne huile d'olive et une demi-cuillerée de vinaigre. On peut

verdir ce beurre avec du vert d'épinards et le passer au tamis.

Beurre de Montpellier aux écrevisses. — On peut à ce beurre ajouter du beurre d'écrevisses, mais alors on doit le colorer avec du rouge végétal pour donner une teinte rose.

Sauce rémoulade ou persillade. — Dans cinquante grammes d'huile fine, mets une cuillerée de vinaigre, une demi-cuillerée de persil et d'estragon hâché, une pincée de sel, de poivre, de moutarde, et travaille ce mélange pendant quelques minutes avec la cuiller.

Sauce ravigote. — Fais blanchir un brin de persil, de cresson alénois, de cerfeuil, d'estragon, pendant un quart d'heure dans du bouillon, pile-le après avec un anchois, une petite échalote et cinquante grammes de beurre, un œuf dur bien haché, et assaisonne-le avec un peu de sel, de poivre et quelques gouttes de vinaigre. Cette sauce, qui sert pour manger les viandes froides, peut-être préparée sans faire blanchir les légumes; dans ce cas, mets quatre-vingts grammes de beurre, une cuillerée de vinaigre et ne fais que hâcher bien fin les légumes. Cette dernière sauce est souvent désignée sous le nom de *sauce tartare*, mais tu trouveras une autre sauce préférable sous ce nom.

Sauce mayonnaise blanche. — Pour quatre ou cinq personnes, mets dans une terrine un jaune d'œuf, quelques gouttes de vinaigre et mêle bien, ajoute, goutte à goutte, deux cuillerées de bonne huile en tournant toujours. Quand ta sauce est bien prise, ajoute du sel, un peu de poivre blanc, un peu plus de vinaigre que tu incorpores en versant doucement.

On peut verdir cette sauce, si l'on désire, en ajoutant un peu de vert d'épinards.

Ayoli. — Certaines personnes, après avoir monté leur mayonnaise, ajoutent une gousse d'ail pilée et désignent cette sauce sous le nom d'*ayoli*, mais le véritable ayoli, que je t'engage à ne pas préparer sans être certaine que tes convives en mangeront, se prépare avec un peu de mie de pain mouillée et pressée, un jaune d'œuf et deux cuillerées d'ail pilé que l'on monte avec la bonne huile d'olive.

Sauce hollandaise. — Dans une casserole, fais réduire à moitié, pour dix personnes, cinquante grammes de vinaigre blanc avec une pincée de sel et de poivre blanc et laisse refroidir. Mêle deux jaunes d'œufs, quatre-vingts grammes de bon beurre que tu incorpores par petites parties dans la sauce en la travaillant vivement avec le fouet au bain-marie ou sur un feu doux. Quand la sauce est très mousseuse, retire-la du feu, ajoute un peu

de jus de citron et sers-la de suite ou conserve-la au bain-marie.

Sauce béarnaise. — Pour obtenir cette sauce, comme la sauce hollandaise fort délicate, on procède de la même façon, seulement on fait réduire le vinaigre avec une échalote et une pincée de feuilles d'estragon bien hachées. Au lieu de la finir avec un jus de citron, comme la sauce hollandaise, tu dois la terminer avec le suc de trois échalotes crues, hachées et passées dans un linge.

SAUCES CAPITALES.

Je ne saurais trop te recommander la préparation des quelques sauces dont nous allons nous occuper; de leur bonne préparation dépend toujours la valeur de toutes les autres.

Roux. — A proprement parler, les *roux* ne sont pas des sauces, ils servent simplement à lier les sauces capitales. Voici comment on les obtient:

Fais fondre 45 grammes de beurre dans une casserole et mêle 60 grammes de farine, fais une pâte molle et cuis vivement pendant quelques minutes, retire la casserole sur un feu doux, remue-la de temps en temps pour qu'elle cuise bien pendant un quart d'heure environ et qu'elle se colore

d'une belle teinte foncée ; c'est ce qu'on appelle le *roux brun*.

Pour obtenir un *roux blond*, on doit porter à l'ébullition la pâte, formée avec la farine et le beurre, et la travailler à feu modéré sans lui faire prendre couleur ; quand tu désireras obtenir un *roux blanc*, tu devras augmenter de 15 grammes la dose de beurre, ajouter un oignon, un bouquet de persil, le jus d'un citron, faire revenir la pâte à un feu doux et mouiller le roux avant de le porter à l'ébullition.

Jus clair. — Fonce le fond d'une casserole avec 100 grammes de jambon cru haché, quatre ou cinq oignons, autant de carottes, un brin de céleri, émincés pour un kilogramme de débris de volailles, de viande, de parures de champignons, un morceau de jarret de veau ; mouille toutes ces viandes avec un litre de bouillon gras préparé, comme je t'ai dit, sans coloration, porte-le à l'ébullition aussitôt, retire-le sur un feu modéré pour le faire cuire pendant deux heures à un feu doux, en ayant soin de piquer et de presser les viandes pour en faire sortir tout le jus. Dégraisse (1) bien le liquide, passe-le au tamis, ajoute un verre de vin blanc et fais réduire ce jus environ à 3/4 de litre.

---

(1) Toutes les sauces doivent être dégraissées et tamisées avant de les servir.

Sauce espagnole. — Si nous délayons le roux brun que nous venons de faire cuire avec 25 centilitres de jus clair bouillant introduit peu à peu, nous obtiendrons une sauce brune à laquelle on donne le nom de *sauce espagnole*. Tourne bien la sauce sur le feu, porte-la à l'ébullition, retire-la de suite sur un feu doux et, après une demi-heure, passe-la au tamis dans une terrine vernie pour la faire refroidir en la vannant de temps en temps afin d'éviter la formation de la peau.

Sauce veloutée. — Si, au roux brun que nous venons de délayer, nous avions mis un roux blond, nous aurions obtenu, en agissant de la même façon, une sauce blanche qu'on désigne sous le nom de *velouté* ou *sauce veloutée*.

Sauce béchamel. — Prends 1/2 litre de sauce veloutée, fais-la réduire pour lui donner plus de consistance, incorpore peu à peu en fouettant, à grand feu, deux ou trois cuillerées de crème de lait ou bien 1/4 de litre de lait, quand ta sauce est bien liée, passe-la à l'étamine dans une terrine vernie, vanne-la afin d'obtenir une sauce crémeuse, succulente, qui doit être servie aussitôt qu'elle est finie.

Sauce allemande. — En prenant environ 25 centilitres de velouté que nous lierons avec un jaune d'œuf et une cuillerée de bonne crème de

lait, que nous passerons à l'étamine et dans lesquels nous incorporerons une cuillerée de beurre, nous aurons une sauce allemande que nous pourrons terminer avec un jus de citron et un peu de persil haché.

Pour les menus d'ordinaire on prépare quelquefois cette sauce sans crème de lait, et d'autant plus souvent que le lait que nous achetons en ville ne contient presque pas de crème.

Béchamel maigre. — Si tu désires préparer une béchamel maigre, au lieu de la faire avec le velouté, prépare ton roux blond et travaille-le avec un demi-litre de lait de la même façon que l'autre.

Sauce blanche. — Beaucoup de personnes en famille remplacent la sauce béchamel et la sauce allemande par une *sauce blanche*. Après avoir fait un roux avec une cuillerée de farine 18 à 20 grammes, et autant de beurre, ajoute une grande cuillère d'eau salée à 1%, et fouette cette sauce comme la béchamel. On peut préparer cette sauce avec du bouillon non coloré, mais comme elle est souvent destinée à la préparation des viandes blanches ou des poissons on se sert ordinairement du jus de cuisson des viandes ou des poissons pour préparer cette sauce.

Sauce rousse. — La sauce que je viens de te décrire n'a que les apparences d'une béchamel et la

sauce rousse ou blonde n'est qu'une contrefaçon de la sauce espagnole et de la sauce veloutée. Pour préparer la sauce rousse il n'y a qu'à faire mieux roussir le roux selon que l'on veut obtenir de coloration et agir comme pour la sauce blanche.

Sauce villeroi. — Prépare un roux blond avec 50 gr. de beurre et 60 gr. de farine, délaie-le avec quatre fois son poids de bouillon bien clair, remue-le afin de le lier sans grumeaux, ajoute une cuillerée de jambon crû haché, un oignon, nn bouquet garni et quelques parures de champignons, maintient ta sauce bien consistante. Après demi-heure de cuisson, dégraisse ta sauce, passe-la, et lie-la avec un jaune d'œuf après l'avoir réduite à point.

Cette sauce est ordinairement destinée à panner les viandes froides que l'on destine aux fritures.

SAUCES DE RÉDUCTION.

Sauce barigoule. — Hache bien fin un ris de veau, un brin de persil, un morceau d'oignon, fais revenir le tout dans deux cuillerées de beurre, sur nn feu très doux.

Sauce bordelaise. — Fais réduire à moitié dans une casserole, un décilitre de vin de Bor-

deaux avec une pincée d'épices, quelques parures de champignons, et incorpore-le dans deux décilitres de sauce espagnole, passe le tout à l'étamine et finis la sauce avec une échalote revenue dans une cuillerée de beurre.

Sauce bourgeoise. — Dans un décilitre de vin blanc et autant de jus clair, quarante grammes de beurre, fais revenir, pendant deux heures, une cuillerée de fines herbes hachées, une pincée d'épices et deux pincées de mie de pain.

Sauce aux câpres.—Sauce blanche à laquelle on ajoute deux cuillerées de câpres.

Sauce catalane. — On donne ce nom à une sauce espagnole liée avec une purée d'ails préalablement blanchis.

Sauce au chasseur. — Réduis de moitié une grande cuillerée de sauce espagnole, du fumet de gibier et, quand elle est à point, lie-la sur le feu sans la faire bouillir, avec une ou deux cuillerées à bouche de sang de gibier, si c'est possible, et à défaut, avec d'autre sang arrosé d'un filet de vinaigre, et passe à l'étamine.

Sauce aux crevettes. — Dans trois décilitres de velouté que tu feras réduire aux deux tiers, incorpore, petit à petit, soixante grammes de

beurre de crevettes et ajoute quatre cuillerées de crevettes épluchées. Tu peux préparer de la même façon la sauce aux écrevisses et la sauce homard.

Sauce Duxelles. — Fais réduire deux décilitres de sauce espagnole, en incorporant deux cuillerées à bouches de vin blanc, passe-la à l'étamine et ajoute deux cuillerées à bouche de fines herbes (1) cuites et hachées. Les fines herbes sont cuites dans un corps gras, huile, graisse ou beurre, sans les faire colorer.

Sauce financière. — Dans trois cents grammes de bonne sauce espagnole réduite au tiers, ajoute une réduction de moitié que tu auras préparée à part avec soixante grammes de jambon cru, quelques parures de truffes, de champignon, une pincée de fines épices et un verre de vin blanc. Après avoir dégraissé cette dernière réduction, opère le mélange et passe ta sauce à l'étamine.

Sauce génevoise. — A deux décilitres de bordelaise, ajoute quelques parures de truffes et de champignons, une cuillerée de velouté de poisson ; fais réduire, ajoute une cuillerée de vin de

(1) Les fines herbes comprennent le persil, la ciboule, le cerfeuil, l'estragon, l'échalote, l'oignon, mais on peut, sans compromettre la valeur d'une sauce, se passer de l'une d'elles.

Madère et finis ta sauce en incorporant dix grammes de beurre d'écrevisses.

Sauces aux huîtres. — Fais blanchir dans un décilitre d'eau, deux douzaines d'huîtres avec leur eau. Après un quart d'heure de cuisson égoutte-les et mêle-les à une sauce blanche, faite avec le bouillon des huîtres. On fait cuire les *clovisses* de la même façon.

Sauce italienne. — Après avoir réduit à moitié dans une casserole, deux décilitres de sauce espagnole, fais cuire quelques parures de champignons, de truffes, dans deux décilitres de vin blanc, réduis à moitié et mêle le tout, donne un léger bouillon et, quand la sauce est convenablement liée, passe-la à l'étamine, vanne-la à chaud sans la faire bouillir, ajoute une pincée de poivre et une cuillerée de maigre de jambon, avec autant de truffes et de champignons coupés en très petits dés.

Sauce madère. — Cette sauce se fait en incorporant un décilitre de madère dans une réduction à moitié de 3 décilitres d'espagnole.

Sauce normande. — Fais réduire à 2/3 deux décilitres de velouté avec quelques parures de truffes et de champignons, ajoute trois cuillerées de fond de poissons concentré, lie ta sauce avec

deux jaunes d'œufs et dans cette sauce qui doit être maintenue un peu consistante on peut ajouter quelques huîtres, quelques truffes et quelques champignons émincés.

Sauce poivrade. — A deux décilitres de sauce espagnole réduite aux 2/3, ajoute une réduction de vinaigre que tu auras préparée avec trois cuillerées de vinaigre, une échalote, un bouquet garni et trois ou quatre grains de poivre dans 10 grammes de beurre. Donne un léger bouillon, passe à l'étamine et ajoute une pincée de poivre.

Sauce poulette. — On désigne sous ce nom une sauce que l'on prépare en faisant un roux blond avec une cuillerée de beurre et une cuillerée de farine, que l'on mouille avec 100 gr. d'eau bouillante salée à 2 % autant de vin blanc. Cette sauce, après l'avoir réduite, est liée avec deux jaunes d'œufs et finie avec un jus de citron.

Sauce piquante. — Diffère de la sauce poivrade par la moitié de poivre en moins et se sert avec des cornichons coupés en tranches ou des câpres.

Sauce robert. — Fais revenir dans une cuillerée de beurre, un oignon coupé bien fin, ajoute deux cuillerées de bouillon, et fais réduire à glace. Mélange à chaud cette glace à deux décilitres

d'espagnole réduite à un tiers, dégraisse la sauce, et au moment de la servir, ajoute un filet de vinaigre et deux bonnes pincées de moutarde.

Sauce soubise. — Incorpore trois cuillerées de purée d'oignons à 3 décilitres de sauce au madère.

Sauce tartare. — Dans 200 gr. de mayonnaise incorpore en remuant 10 gr. de fleurs de moutarde, trois pincées de poivre, deux pincées de cerfeuil, autant de persil, deux échalotes, hache bien et ajoute une cuillerée de vinaigre.

Sauce tomate. — Dans une grande cuillerée de sauce espagnole, incorpore en tournant, autant de purée de tomates réduite, non liée, et, quand la sauce est réduite aux deux tiers, passe-la à l'étamine.

En préparant les jus ou fond de cuisine avec le gibier, la volaille, le poisson, les champignons, les truffes, etc., et faisant réduire à glace on obtient les essences de ces matières premières que l'on conserve dans des boîtes en fer-blanc; mais ces procédés fort coûteux, ne sont employés que dans les maisons luxueuses. Tu dois donc retenir que les sauces en général doivent leur coloration au roux que l'on prépare, et leur velouté et leur

succulence au liquide que l'on emploie pour délayer ce roux. L'eau épicée peut suffire aux personnes qui désirent économiser, tandis que les ménages qui affectent un gros budget à leur cuisine peuvent degrés par degrés en passant par le bouillon plus ou moins concentré, arriver à ne faire l'emploi que des essences de viande. Ces préparations si succulentes permettent de prendre une nourriture plus substantielle sous un plus petit volume et peuvent soulager certains estomacs atteints de dyspepsie, mais l'usage de ces préparations ne convient guère aux personnes prédisposées aux affections goutteuses.

Je pourrais longuement m'étendre sur ce sujet, et te prouver que, comme le musicien, qui par la combinaison de sept notes varie ses sons harmonieux, le cuisinier aussi, par la combinaison des aliments naturels et la connaissance raisonnée des condiments, peut et doit varier à l'infini le nombre des produits culinaires ; mais je crois que la connaissance de ces quelques sauces que tu peux modifier toi-même sera nécessaire pour prendre la direction de ton ménage.

NEUVIÈME ENTRETIEN

Des hors-d'œuvre

Que les hors-d'œuvre soient légers et peu travaillés.
(U. Dubois.)

Les hors-d'œuvre sont des plats qui, comme comme dit leur nom, peuvent être supprimés sans nuire à l'ensemble du dîner. Ces mets qui n'ont pas toujours le même but, peuvent être très utiles quelquefois dans le ménage, car non seulement ils permettent de donner un peu de lustre à un dîner d'apparat mais ils servent à compléter un modeste déjeuner; ce doit être même leur principal rôle en ménage. Les hors-d'œuvre doivent être légers, appétissants, tels que fritures, pâtes, radis, beurre, etc. Ils peuvent être divisés en deux classes, les *hors-d'œuvre froids* et les *hors-d'œuvre chauds*.

Hors-d'œuvre froids.

Les hors-d'œuvre froids, ou hors-d'œuvre d office, tels que radis, beurre, saucisson, olives, an-

chois, poissons divers confits, etc., sont servis dans des coquilles à hors-d'œuvre avant l'arrivée des convives. Ces divers mets ne se servent qu'au déjeuner, néanmoins les coquillages, tels que les huîtres peuvent être servis indistinctement dans les fins déjeuners comme dans les dîners succulents. Les horsd'œuvre froids sont au déjeuner ce que le potage est au dîner; ils sont les uns et les autres destinés à exciter l'appétit et à préparer l'estomac. Ces mets seront distribués symétriquement sur la table, afin que chaque convive puisse se servir des hors-d'œuvre qu'il désire.

Huîtres fraiches. — Ce coquillage, seul admis dans les dîners d'apparat, est ordinairement servi par douzaines dans une assiette à chaque convive, avec un quart de citron, immédiatement après le potage. Les huîtres ne doivent être ouvertes qu'au moment de se mettre à table.

Poissons à l'huile. — Retire-les de la boîte, éponge-les, supprime les extrémités, dresse-les convenablement dans un hors-d'œuvrier et arrose-les avec de la bonne huile d'olive. Ces divers hors-d'œuvre peuvent être servis au naturel ou avec du persil, des cornichons, des œufs durs coupés en morceaux ou hachés. Les anchois salés sont servis de la même façon après les avoir lavés.

Écrevisses, crevettes, pautomés. — Tous ces crustacés peuvent être cuits à l'eau-sel ou au vin blanc et être servis comme hors-d'œuvre froids sur un bouquet de feuilles de persil.

Saucisson, cervelas, jambon glacé. — Ces mets sont servis par tranches coupées bien minces (1) dans un hors-d'œuvrier ou bien sont dressées en couronne avec des feuilles de persil au milieu.

Pikles, cornichons. — Ces hors-d'œuvre sont déposés simplement dans des hors-d'œuvriers comme les olives et sont servis avec des cuillers spéciales.

Beurre. — Le beurre destiné au hors-d'œuvre, doit être très frais et de bonne qualité; il peut être servi en rondelles préparées avec un moule, ou en touffes grattées au couteau, dans un hors-d'œu-

---

(1) Bien des gens se refusent à croire que le saucisson coupé en tranches bien minces est plus sapide que celui qui est coupé en tranches épaisses. Je crois pourtant qu'on peut donner à cette vérité une raison physiologique. La tranche de saucisson que l'on introduit dans la bouche est d'autant plus grande qu'elle est coupée mince, par conséquent elle doit impressionner un plus grand nombre de papilles qui, par l'intermédiaire des nerfs présidant au goût, transmettent de plus vives sensations au cerveau.

vrier avec un peu de glace destinée à le maintenir ferme.

Radis. — Que les radis soient frais et tendres, débarrassés des grosses feuilles et servis après en avoir légèrement raclé la peau, dans un peu d'eau. Quelquefois on cisèle la peau et on les présente en rosette.

Melon. — Le melon frais, bien choisi au point voulu de maturité, est un excellent hors-d'œuvre. Il est servi sur une serviette, dans des assiettes, après avoir été divisé en tranches. Quelques personnes le font servir accompagné du sucre en poudre.

Artichauts frais. — Les petits artichauts très frais et très tendres, seuls, peuvent être servis en hors-d'œuvre, tantôt ils sont mangés avec un peu de sel, tantôt en salade.

Sandwichs. — Les sandwichs sont quelquefois servis comme hors-d'œuvre froids, mais, plus souvent, dans les collations ou soirées. Prends des petites tartines de pain de mie très minces, supprime la croûte. Sur un côté de ces tartines, étends du beurre manié avec du sel — on ajoute quelquefois au beurre, un peu de moutarde et de l'essence d'anchois — et entre deux tartines du côté beurré place une lame très mince de viande froide, filet

de bœuf, jambon glacé, volaille, foie gras, etc. Presse les sandwichs pour les amincir et pare-les de chaque côté. On peut donner la forme que l'on désire, mais la forme rectangulaire est la plus adoptée. Quelquefois les bords des sandwichs sont masqués avec la gelée, et sont dressés dans des plats ou des assiettes.

HORS-D'ŒUVRE CHAUDS.

Les hors-d'œuvre chauds sont servis après le potage, ils doivent être dressés bien chauds, avec simplicité, sur une serviette pliée qui est disposée sur un plat. Ordinairement on ne sert qu'un plat de hors-d'œuvre chaud; il peut être servi aux convives sans être présenté sur table.

Salpicons. — Les hors-d-œuvre chauds permettent quelquefois d'utiliser certaines viandes, des restes qui ne pourraient être servis sous aucune autre forme. On coupe ces viandes avec un champignon, une truffe, on les lie avec une sauce et l'on obtient un *salpicon* que l'on sert habituellement avec des petits pâtés désignés sous le nom de *bouchées* (1), de *béchamels*, etc.

---

(1) Dans l'entretien sur la pâtisserie je te parlerai de ces petits pâtés.

Diverses viandes peuvent y être associées, telles que les blancs de volaille, de gibier, de veau, d'agneau, les ris, les cervelles, et peuvent être liées par une sauce allemande, une sauce espagnole, une sauce madère, une béchamel, un salmis, etc. Les salpicons prennent différents noms selon les viandes qui servent à les préparer et les sauces destinées à les lier. Une simple réflexion te prouve combien tu peux multiplier la nature de ces salpicons en combinant les viandes et les sauces.

Coquilles. — Si au lieu d'employer des viandes, tu prépares de la même façon des huîtres, des clovisses, des moules, des écrevisses, des crevettes, du homard, etc., tu obtiens des salpicons qui peuvent être servis dans des petits pâtés mis au gratin avec un peu de chapelure et désignés sous le nom de *coquille d'huîtres, de clovisses,* etc. Ces mets sont ainsi appelés parce qu'ils sont servis dans des coquilles naturelles, en métal argenté, ou quelquefois en fer battu émaillé.

Croûtes. — Ces salpicons sont quelquefois servis sur des petites croûtes de mie de pain de forme *ovale* ou en *losange,* frites au beurre ou à l'huile creusées de façon à pouvoir mettre une cuillerée de salpicon. Dans ce cas elles sont servies après les avoir fait passer au four sous le nom de *croûtes de clovisses, de moules,* etc.

Croquettes et quenelles. — Après avoir préparé ces salpicons que tu dois maintenir un peu plus consistants et liés avec un jaune d'œuf, mets l'appareil au froid, sur la glace si tu peux. Quelques heures après saupoudre la table avec de la mie de pain, et pose dessus de petites cuillerées égales du salpicon, roule-les afin de leur donner une forme de bouchon, aplatis les bouts avec le couteau, trempe-les dans des œufs battus pour les paner et les régulariser. Au moment de servir, plonge ces quenelles ou croquettes en petite quantité à la fois dans une grande friture, donne-leur une belle couleur, éponge-les, et dresse sur une serviette avec du persil frit.

On peut préparer de la même façon les quenelles de volailles, de foies gras, de gibier, de poissons, etc. On prépare aussi des quenelles de riz que l'on mêle à la viande et les quenelles de semoule que l'on fait cuire au lait bouillant et que l'on mélange avec le quart du poids de parmesan râpé.

Les quenelles, qui servent de garniture à certaines entrées chaudes, peuvent être présentées sous diverses formes.

Épigrammes. — Certaines viandes froides, telles que les côtelettes et les épigrammes d'agneau, les queues et les pieds de mouton, les cervelles en brochettes, etc., peuvent être servies comme hors-d'œuvre chauds.

Pour servir ces viandes comme hors-d'œuvre

chauds il faut les faire frire, les saler un peu, les mettre à la presse et les parer en leur donnant la forme que lon désire. Les cervelles sont ordinairement servies en brochettes, les pieds de mouton sont ouverts après avoir été cuits à l'eau, les queues de mouton sont coupées en tronçons, et aux épigrammes on donne la forme des côtelettes, etc.

Après avoir laissé refroidir les viandes, panele, trempe-les dans des œufs battus, assaisonne avec un peu de sel, poivre, pane une seconde fois et fais cuire à grande friture au moment de servir.

Au lieu de paner à l'anglaise les viandes froides, on peut se servir d'une sauce Villeroi qui tient lieu des œufs battus.

Ces divers mets sont servis avec un peu de persil frit.

Horly de filets de poissons. — Tu peux servir comme hors-d'œuvre chauds, après les avoir fait séjourner une heure dans une marinade froide composée d'huile, de vinaigre ou de citron, d'un peu de sel et de persil, les filets de divers poissons, préparés comme les viandes froides. Ces poissons comme hors-d'œuvre peuvent être frits sans les tremper dans les œufs battus, ils peuvent être simplement passés à la farine, ou bien frits avec une pâte à frire légère, mais quel que soit le mode de préparation, ils n'en portent pas moins le nom de *horly de filets de poissons à*

la Saint-Florentin dans le premier cas ; *à la Française* dans la seconde préparation ; *à la Provençale* quand ils ont été plongés dans une pâte à frire.

Les saucisses de cochon et les pieds de porc grillés, peuvent être servis aussi comme hors-d'œuvre chauds dans un dîner ordinaire.

En sachant bien préparer les quelques séries de hors-d'œuvre chauds que je t'ai indiquées, tu ne te trouveras jamais au dépourvu, aussi permets-moi de passer sous silence, les timbales, les croustades, etc., qui nécessitent les soins d'un bon pâtissier.

Rognons de mouton.— Pour servir en hors-d'œuvre des rognons de mouton, enlève-leur la peau, ouvre-les par le milieu, fais-les griller, et, après les avoir épicés avec sel et poivre, sers-les avec une maître-d'hôtel. Tu peux également couper les rognons en petites tranches, les traverser par une petite brochette, en intercalant une petite tranche de lard de la dimension d'un sou entre chaque tranche de rognon, et faire griller, après avoir assaisonné avec un peu d'huile fine, de sel et de poivre.

Langues de mouton.— La langue de mouton doit être cuite dans l'eau-sel, et nettoyée de la peau, qu'on enlève facilement après la cuisson. Les langues de mouton peuvent être servies comme les rognons, mais elles peuvent subir beaucoup d'autres préparations.

Langues en papillotes. — Après les avoir cuites, nettoyées de la peau et coupées transversalement en deux, elles peuvent être mises à mariner pendant un jour, et servies en papillotes. Pour cela, hache deux ou trois cuillerées de bon lard, que tu manieras avec une cuillerée de chapelure, un brin de persil et un rien d'ail. Recouvre chaque moitié de langue de cet appareil, que tu envelopperas bien avec du papier huilé, tu feras cuire sur le grîl ou au four, à feu doux, et tu serviras avec le papier.

Pieds de mouton. — Les pieds de mouton, qui doivent toujours être bien cuits à l'eau salée (1), peuvent être mangés en salade comme hors-d'œuvre. On peut aussi, après avoir préparé une sauce blanche ou brune, très réduite, les servir au gratin, comme les langues.

Tête de veau. — Si tu désires mettre un tête de veau en hors-d'œuvre, ôte les mâchoires (2), fais-la d'abord dégorger sept ou huit heures à l'eau froide, et mets-la ensuite dans une marmite pour

---

(1) Dans les villes, les pieds sont cuits par les marchands, mais il convient toujours de les laver à l'eau froide.

(2) Sur le marché des villes, la tête est toute préparée, la cervelle est enlevée, néanmoins elle doit être blanchie, afin qu'elle soit exempte de toute impureté.

faire cuire en la couvrant d'eau, assaisonnée de sel, de poivre, un gros bouquet garni, deux carottes, deux oignons émincés. Quand la tête est cuite retire-la; pour la servir avec quelques brins de persil au naturel, ou bien avec une sauce poivrade, une ravigote ou une rémoulade.

Certaines personnes ajoutent quelques légumes à l'eau de cuisson qui leur sert pour tremper la soupe.

Peuvent être également cuits, les pieds, les fraises, les paquets et le mou, mais ces préparations ne doivent être servies qu'en famille.

Cervelle de veau. — La cervelle peut être servie de la même façon que la tête, ou bien après l'avoir cuite et roulée dans la farine, elle peut être servie au beurre noir comme hors-d'œuvre.

Rognons de veau.— Les rognons sautés au beurre dans une casserole à feu vif, après les avoir coupés en morceaux, peuvent être servis en hors-d'œuvre chauds. Aussitôt que les rognons sont roidis, ajoute une cuillerée de chapelure, un peu de persil, un rien d'ail hachés, et fais mijoter avec un jus de citron.

Côtelettes d'agneau. — Pour préparer les côtelettes comme hors-d'œuvre, fais-les sauter dans du beurre après les avoir coupées, sale-les, laisse-les refroidir sous presse légère. Masque-les ensuite avec une sauce Villeroi, pane-les, range-

les sur une plaque pour les faire refroidir, et plonge-les à grande friture. Après les avoir égouttées, sers-les sur une serviette avec du persil frit. La sauce Villeroi peut être remplacée par des œufs battus dans lesquels sont trempées les côtelettes que l'on roule ensuite dans la chapelure.

Toutes les parties de l'agneau peuvent être coupées en morceaux, et préparées de la même façon.

Les petites parures d'agneau peuvent être utilisées en salpicon (vois ce mot), et servies en hors-d'œuvre.

Les rognons de cochon peuvent être grillés et servis comme hors-d'œuvre, avec une maître-d'hôtel.

Pieds truffés. — Les pieds de cochon truffés fournissent aussi un bon hors-d'œuvre chaud. Après avoir fait cuire deux pieds pendant cinq ou six heures dans l'eau bien assaisonnée, fais-les refroidir, ouvre-les, désosse-les et fais une farce avec la moitié d'un pied, quelques débris de cochon, de viande blanche, quelques parures de truffes, du sel, du poivre. Étends sur une table un peu de toilette de cochon ou d'agneau, mets une petite couche de farce, quelques morceaux de pieds de cochon, place le tout dans la toilette, donne une forme oblongue, et fais-leur prendre, sur le gril, une belle couleur dorée, après les avoir trempés dans le beurre fondu.

Les saucisses se font griller et peuvent être servies aussi comme hors-d'œuvre.

DIXIÈME ENTRETIEN

Des Poissons

Le poisson est un aliment qui rafraîchit l'organisme,..... le régime ichtyophagique ne peut qu'être très favorable au fonctionnement de la cervelle.
(AGASSIZ.)

Si je suivais l'ordre naturel du service, je ne traiterais dans ce chapitre que des *poissons pour « relevés de potage »* ainsi appelés, parce qu'ils succèdent au potage, mais comme nous nous sommes proposés d'étudier simplement les notions élémentaires de cuisine, je te parlerai d'une façon générale des diverses préparations de poisson.

Dans les grands dîners, on doit servir autant de relevés que de potages; mais comme dans nos modestes maisons, ordinairement on ne reçoit pas assez de personnes à la fois pour faire deux potages, un seul relevé en poisson te suffira.

Il y a plusieurs catégories de relevés : les relevés de poisson qui figurent dans tous les dîners convenables, ceux de boucherie et ceux de volaille qui se confondent quelquefois avec ceux de gibier.

A moins d'être complètement privé de poisson, il est d'un usage constant d'en servir comme relevé

et l'on conserve habituellement les viandes de boucherie, les volailles et le gibier pour les entrées et le rôti.

Cette raison me détermine à te parler des poissons et dans les leçons qui suivront, je t'entretiendrai des relevés de boucherie et de volaille. Les relevés maigres ou gras sont ordinairement servis chauds, sous des formes volumineuses ; néanmoins, on peut servir quelquefois des poissons petits en sacrifiant l'apparat à la qualité. Pour mon compte, je t'assure que je préfère des rougets en maître d'hôtel ou en caisse, des soles à la normande, etc., à certains gros poissons dont la chair est bien souvent coriace. Le merlan, par exemple, de trois à quatre cents grammes chacun est bien supérieur à celui de quatre ou cinq kilogrammes.

Les gros poissons peuvent être coupés en tranches et préparés comme s'ils étaient entiers ; mais autant que possible dans les dîners d'apparat, le poisson doit être servi entier.

Tous les poissons peuvent être cuits à l'eau sel, au court-bouillon, ou braisé et servis avec une autre sauce, tandis que les petits sont habituellement frits ou grillés.

Eau sel. — Les personnes qui désirent économiser peuvent faire cuire le poisson, après l'avoir nettoyé, écaillé, lavé, dans l'eau bouillante salée à 2 % avec un cinquième de vinaigre dans laquelle on a mis une carotte, un oignon émincé, une feuille

de laurier, une gousse d'ail et dix ou douze grains de poivre.

Aussitôt cuit, retire ton poisson, égoutte-le, dresse-le convenablement dans un plat et sers-le avec la sauce que tu auras choisie. Apporte tous tes soins à cette première préparation, assure-toi de la cuisson qui sera d'autant plus retardée que le poisson sera plus gros. Le temps nécessaire à la cuisson d'un poisson peut être évaluée en moyenne à une demi-heure par kilogramme.

Court-bouillon. — Lorsque tu ne devras pas t'arrêter à une petite dépense supplémentaire, tu feras mieux de préparer ton poisson au court-bouillon. Pendant que tu feras revenir dans une poissonnière un oignon, un bouquet garni, quelques grains de poivre, une gousse d'ail avec une cuillerée d'huile, nettoie, écaille et lave ton poisson, verse dans ta poissonnière assez de liquide, salé à 2 °/₀, moitié eau, moitié vin blanc sec, et porte-le à l'ébullition. Aussitôt, dépose ton poisson sur le gril de la poissonnière et fais cuire à feu doux.

Cette préparation est supérieure à la précédente ; mais je préfère encore le poisson braisé.

Poisson braisé. — Les poissons cuits au court-bouillon ou à l'eau sel, sont plus aqueux que ceux qui sont préparés à la braise, c'est-à-dire cuits dans une braisière avec feu dessus et dessous, ou bien avec une poissonnière dans le four. Pour cette

préparation, fonce ta braisière, comme je t'ai dit à l'article *Braise* (page 142); ne mouille le poisson qu'au tiers avec moitié eau, moitié vin blanc, sale à 1 0/0 en bien surveillant la cuisson.

Les gros poissons braisés, cuits au court-bouillon ou à l'eau-sel peuvent être servis froids avec une sauce froide, telle que la mayonnaise, le beurre de Montpellier, etc.; mais, comme relevés de potage, ils sont plus ordinairement servis chauds avec une sauce hollandaise, une béarnaise, une financière, une sauce aux crevettes, une génevoise, etc; ces sauces conviennent bien aux poissons délicats, tels que le saumon, l'ombre-chevalier, la truite, le turbot, etc., et les sauces plus épicées sont préférables pour les poissons à chair fade, indigeste, tels que l'anguille, le thon, le maquereau, etc., plus souvent servis avec une maître d'hôtel, un beurre noir quand ils sont chauds, ou avec une mayonnaise, une rémoulade ou une ravigotte quand ils sont servis froids.

Friture. — Tous les poissons peuvent être frits, mais lorsqu'un poisson est un peu trop gros, il doit être coupé en tranches.

Pour faire une friture, vide, écaille, lave ton poisson, et sèche-le dans un linge propre. Si son poids dépasse trois cents grammes, cisèle-le transversalement, passe-le dans la farine et plonge-le dans la friture qui doit être très chaude. A moitié cuisson, retourne-le, et aussitôt, cuit bien doré de

chaque côté, retire-le ayant soin de l'égoutter tout chaud dans un linge propre, saupoudre-le avec un peu de sel et sers-le avec quelques brins de persil passés dans la friture bouillante, avec des citrons coupés en quatre par une coupe cruciale.

Cette préparation convient bien aux truites, aux loups, aux soles, aux petits merlans qui sont ensuite servis avec une maître-d'hôtel ou toute autre sauce de relevé; et le beurre noir ou toute autre sauce piquante doit être réservée pour le maquereau, les anguilles, la raie, etc. Les grosses anguilles doivent être pelées.

On peut aussi faire frire les poissons après les avoir *panés à l'anglaise* (1), au lieu de les fariner, mais cette préparation ne s'emploie que pour le poisson coupé en tranches.

Poisson grillé. — Les poissons délicats comme la sole, les rougets, les loups, les truites, les darnes (2) de saumon, le brochet, le merlan, le pagel, etc, s'accommodent très bien de cette préparation.

Fais mariner ton poisson pendant une heure dans un plat avec huile, sel, oignon coupé en tranches, feuilles de persil, un jus de citron, expose-le sur un gril huilé et bien chaud, afin qu'il ne s'attrape pas,

---

(1) On pane un poisson à l'anglaise en le trempant dans des œufs battus et le roulant après dans la chapelure.

(2) Nom qu'on donne aux tranches de saumon.

fais cuire à un feu doux, arrose-le avec un peu d'huile ou de beurre fondu, retourne-le et quand il est de belle couleur, sers-le très chaud avec une maître-d'hôtel ou une sauce aux crevettes.

Matelote. — Dépose ton poisson écaillé, vidé, lavé et coupé en tronçons dans une casserole que tu auras foncée avec une cuillerée de beurre, un bouquet garni, un oignon émincé ; mouille 500 grammes de poisson environ pour quatre personnes, avec moitié bouillon, moitié vin rouge, si tu désires une sauce brune ; et avec du vin blanc, si tu désires une sauce rousse. Fais partir le tout à grand feu. Après un quart d'heure d'ébullition, lie la sauce avec deux cuillerées de farine ou un jaune d'œuf délayé dans une cuillerée d'eau et sers ton poisson sur des croûtons de pain frits au beurre que tu masqueras avec la sauce passée au tamis convenablement réduite.

Cette sauce, qui ne se sert que dans les dîners d'ordinaire, convient mieux aux poissons moins délicats, tels que le mulet, la carpe, la brème, les anguilles, et en général, aux poissons d'eau douce.

Tu peux être quelquefois obligée de servir du poisson comme hors-d'œuvre, surtout dans les dîners maigres ; dans ce cas, tu peux le préparer de plusieurs façons (Vois *Horly de filets de poisson*, page 168), mais le poisson servi comme relevé de potage ou comme rôti dans les dîners maigres, ne peut être frit avec une pâte.

Anguilles. — Les anguilles peuvent être cuites dans un roux blond et servies avec une sauce poulette que l'on finit avec une cuillerée de vinaigre ou un jus de citron.

Avec cette sauce on peut également servir la morue après l'avoir fait frire, les grenouilles et les escargots.

Escargots. — Ces mollusques se préparent ordinairement avec une sauce poulette; il en est de même des grenouilles. Pour préparer les escargots, on les couvre d'eau légèrement salée, ce qui les fait sortir de leur coquille; après les avoir bien nettoyés un à un et enlevé l'opercule, on les jette dans l'eau bouillante. Après un quart d'heure de cuisson, retire-les et fais-les bien égoutter. Mets dans une casserole un morceau de beurre, un peu de persil, prépare une sauce poulette dans laquelle tu feras mijoter les escargots pendant un quart d'heure.

Les escargots cuits à l'eau bouillante peuvent être mangés en salade, en rémoulade ou en mayonnaise, quelquefois même on les farine pour les faire frire.

Morue. — La morue sèche doit être dessalée avant de la livrer à la consommation. Elle peut être frite à l'huile après l'avoir coupée en morceaux que l'on essuie dans un linge propre, et que l'on passe dans la farine. Le poisson frit peut être servi au beurre noir, avec une sauce poulette ou

une sauce aux câpres. La morue peut être blanchie seulement et servie avec une sauce ravigote ou en salade. Pour servir ainsi la morue on la met à l'eau froide sans sel et on la retire aussitôt que le liquide est en ébullition.

Ces diverses préparations de morue ne peuvent être servies qu'en famille, mais à défaut d'autre poisson dans un dîner ordinaire, la morue en brandade peut être servie comme relevé de potage.

Après avoir coupé en morceaux quatre cents grammes de morue dessalée, pour quatre personnes, lave-la, et une heure avant de la servir, place-la dans une casserole, couvre-la avec l'eau froide et amène le liquide à l'ébullition. Retire la casserole au premier bouillon, couvre-la pendant un quart d'heure. Egoutte-la ensuite, ôtes-en les arêtes et mets les chairs dans une casserole ou mieux encore dans un mortier. Incorpore dans cette morue que tu travailles vivement à froid, avec une spatule, si elle est dans un plat ou avec un pilon si, de préférence, tu l'as mise dans un mortier, cent cinquante grammes de bonne huile d'olive, deux cuillerées de bonne crème de lait, un jus de citron et travaille le tout jusqu'à ce que tu aies obtenu une pâte lisse, blanche, élastique. Au moment de servir, fais-la chauffer à feu doux, assaisonne-la avec une pincée de poivre blanc; et ajoute des truffes noires coupées en tranche, dresse-la en dôme sur un plat avec des croûtons frits coupés triangulairement, que tu mettras tout autour.

Poissons à la normande.— Les filets des poissons plats (*Pleuronectes*), à l'exception de ceux de la plie qui sont trop mous, peuvent être servis avec une sauce normande. Ceux de la sole sont les meilleurs, mais ceux de la barbue, du flet, du flétan, de la limande peuvent être accommodés de la même façon.

Après avoir ôté la peau blanche et la peau brune de ces poissons, enlève les quatre filets ; fais-les blanchir avec les arêtes dans un peu d'eau salée fortement acidulée jusqu'à ce qu'ils soient fermes, sans les laisser bouillir. Laisse refroidir les filets dans leur cuisson ; range-les dans un plat très beurré, ajoute quelques clovisses blanchies, et masque-les tous avec une sauce normande assez consistante. Garnis le tour de ton plat avec des petits croûtons taillés, et fais-la dorer au four.

Au lieu de clovisses, sans compromettre la bonté de cette sauce qui prend différent nom selon la garniture que l'on emploie, on peut ajouter des crevettes, la chair des écrevisses coupées en tranches ou des moules hachées.

Homard, langouste, écrevisse. — Ces divers crustacés sont ordinairements cuits au court-bouillon ou simplement à l'eau sel et mangés en salade, en mayonnaise ou autre sauce simple assez épicée.

Quelquefois après les avoir fait cuire ainsi on les sert avec une sauce à la bordelaise. Pour les préparer ainsi, mets ces crustacés dans une bonne mirepoix au vin blanc avec une cuillerée de cognac

et fais cuire dix minutes. Egoutte le fonds en le passant à travers un tamis, réduis ta sauce et incorpore avec 50 grammes de bon beurre frais, une cuillerée de beurre d'écrevisses manié avec un peu de persil hâché.

Poissons au madère. — Pour mettre les filets de poisson à la sauce au madère on procède de la même façon que pour les poissons à la normande, en remplaçant cette sauce par la sauce madère et l'on met au four pour finir de cuire.

Le turbot est rarement servi découpé ; on préfère le cuire dans un court-bouillon ou grillé et le servir avec une sauce bordelaise ou une sauce hollandaise ; pourtant il est quelquefois servi gratiné avec une sauce au madère.

Je ne crois pas devoir prolonger cet entretien, ces quelques préparations te suffiront pour faire cuire les poissons à la matelote, en friture, à la poulette, etc., pour les jours d'ordinaire et de diriger ta cuisine les jours de gala, seulement je tiens a t'indiquer le moyen d'utiliser le poisson qui peut te rester à la suite d'un diner d'apparat.

Quelle que soit la nature du poisson débarasse-le des peaux et des arêtes, hâche-le très fin avec un ou deux jaunes d'œufs, même quantité de pommes de terre bouillies, assaisonnée avec sel, poivre, épices fines et procéder comme pour les croquettes, que tu feras cuire à grande friture afin de leur donner une belle couleur.

ONZIÈME ENTRETIEN

Des entrées chaudes.

Le ragoût le plus fin que l'on puisse produire
S'il est froid ou glacé ne saurait me séduire.
BERCHOUX.

Après t'avoir parlé des poissons, si tu devais faire une étude sérieuse de la cuisine, je t'entretiendrais des *relevés de boucherie, de volaille et de gibier*, mais tel n'est pas mon but, aussi me contenterai-je de te parler seulement des entrées chaudes. Ces entrées servies sous des formes volumineuses, bien dressées, peuvent être considérées d'ailleurs comme relevés de potage dans un grand dîner, surtout lorsque par exception, tu auras été privée du relevé de poisson.

Je ne tenterai pas de décrire la préparation des diverses entrées que l'on peut exécuter, le nombre en est infini, je me bornerai à te donner quelques idées générales qui te permettront de diriger l'alimentation de ta famille. Comme le succès d'un dîner dépend bien souvent de la bonne préparation des entrées chaudes, je ne saurais trop recommander ces mets à ton attentive surveillance. Les entrées doivent être cuites à point, gracieusement dressées et surtout servies bien chaudes. Les quelques conseils que je te donne seraient même inutiles s'ils

n'étaient suivis de certains exercices pratiques. Enfin quel que soit le service que tu adoptes pour tes dîners d'apparat, que les entrées soient dressées avec goût et bien découpées. Je ne chercherai pas à te décrire la méthode pour découper les volailles, car la pratique seule peut te permettre d'acquérir assez d'habileté pour empêcher le refroidissement de ces mets.

Du bœuf

Le bœuf est l'animal qui nous fournit les plus beaux relevés de boucherie; le filet (1) et l'aloyau sont les morceaux les plus délicats. Les côtelettes et la noix peuvent fournir de bonnes entrées; la culotte, la tranche, la poitrine et le gîte sont destinés au bouilli comme les autres morceaux plus inférieurs, ou sont mis à la mode, mais, pour cette préparation, la tranche est préférable.

---

(1) Afin que tu puisses reconnaître plus facilement les morceaux que je te citerai en parlant des animaux de boucherie, je vais te désigner l'endroit où ils se trouvent. En supposant le quartier gauche d'un bœuf suspendu par le jarret, la partie interne en face, la colonne vertébrale sera à droite, nous aurons le *gîte*, à la partie la plus élevée ; il s'étend du jarret à la partie moyenne de la cuisse qu'on nomme *tranche* et la partie *réellement* supérieure que nous verrons plus basse à droite, est désignée sous le nom de *culotte*. La *noix* est un morceau très tendre, placé intérieurement entre le gîte et la tranche. L'ensemble de tous ces morceaux précités forment la *cuisse* du bœuf, qu'on

Le bœuf est bon toute l'année, surtout quand il est gras; choisis-le toujours avec la chair cramoisie, entrelardée, et si tu le destines à la broche ou au gril, fais-le mortifier quatre ou cinq jours en hiver, deux ou trois au printemps ou à l'automne, et un jour en été.

Quoique servis très souvent comme relevés de potage ou entrées chaudes, l'aloyau et le filet sont cuits à la broche ou au four. Si tu te sers de la broche à berceau, tu obtiendras un bon résultat, sinon donne la préférence au four; la viande n'étant pas percée, est bien plus succulente.

Filet de bœuf. — Voici comment tu dois procéder pour un filet à la broche (1) :

Pare ton filet, enlève toutes les parties cartilagineuses et pique-le si tu désires, avec des morceaux de lard, — pour moi je préfère ne pas les

---

désigne sous le nom de *cuissot* sur le veau et de *gigot* sur le mouton et l'agneau. Le *rognon* recouvert de graisse est sur le premier plan, il descend à côté de la colonne vertébrale légèrement incliné à gauche et masque le *filet mignon* qui suit la colonne vertébrale et que les *fausses côtes*, séparent de l'*aloyau* ou *faux-filet*. Cette partie est désignée sous le nom de *longe* sur le veau et de *rognonade* sur le mouton. Plus bas, toujours du côté de la colonne, sont les *côtes d'aloyau* auxquelles succèdent les *côtes couvertes* et après les *côtes découvertes ou charbonnade* qui s'étendent jusqu'au collet. Les autres parties sont des viandes de médiocre valeur; à côté du rognon on trouve le *flanchet*, plus bas la *poitrine* qui s'étend jusqu'à l'*épaule*.

(1) La quantité de bœuf rôti nécessaire à chaque personne, doit être évaluée de 125 à 150 grammes, tandis qu'en sauce, elle peut être calculée à raison de 100 à 125 grammes environ.

piquer (1) — et mets-le pendant vingt-quatre heures à mariner. Après ce temps, retire-le de la marinade, essuie-le, couche-le, embroche-le après l'avoir bardé de quelques plaques de lard. Fais-le partir à feu vif, arrose-le souvent avec le jus de la léchefrite ; quand il est à point, débroche-le, sale-le et sers-le avec la sauce que tu auras choisie.

Si tu veux le mettre au four, après l'avoir retiré de la marinade, couvre-le d'un papier beurré, pose-le dans le four en le surveillant, arrose-le avec son fonds ; aussitôt cuit, sale-le et mets-le avec la sauce qui lui est destinée.

Un quart d'heure suffit pour le faire cuire au four, mais il faut un peu plus de temps pour le préparer à la broche.

Après avoir enlevé la peau et toutes les parties dures d'un aloyau, on peut le servir comme le filet, seulement la cuisson demande un peu plus de temps ; selon la grosseur, il faut vingt ou vingt-cinq minutes pour le faire cuire au four et une heure à une heure et demie à la broche.

Diverses entrées. — L'aloyau, le filet, la culotte, les côtelettes de bœuf comme toutes les autres viandes peuvent être roussies et préparées en entrée.

---

(1) Le filet piqué perd de sa succulence.

Dans une casserole foncée avec une cuillerée de lard haché, une cuillerée de beurre, deux carottes, un oignon émincé, quelques épices, fais revenir un demi-kilogramme de bœuf jusqu'à ce qu'il ait pris couleur; ajoute deux cuillerées de bouillon, et, après parfaite cuisson, retire le bœuf pour le mettre plus tard dans la sauce espagnole ou une de ses dérivées, que tu auras choisie, préparée avec le jus de cuisson et un roux brun, car les sauces foncées conviennent mieux que toutes les autres aux préparations du bœuf.

Les entrecôtes, l'aloyau, le filet peuvent être servis comme relevés, avec une sauce simple, telle qu'une maître d'hôtel ou toute autre sauce de réduction dérivant de l'espagnole. On peut aussi, après avoir préparé ces viandes, comme je viens de te le montrer, les décorer avec des légumes blanchis et sautés au beurre, coupés de diverses façons, ou les servir sur des purées de légumes secs ou frais. Dans les dîners d'apparat, les légumes frais sont plus convenables.

Bœuf à la mode. — Le *bœuf à la mode* (1) est une excellente alimentation qui offre de précieuses ressources aux ménagères, surtout en hiver. On le prépare en mettant dans une braisière foncée avec un peu de lard, deux carottes, un oignon, quelques

(1) On désigne quelquefois cette préparation sous le nom de *bœuf en daube*.

couennes de lard, la moitié d'un pied de veau, de grosses épices, la tranche et la culotte du bœuf que l'on couvre avec moitié eau, moitié vin blanc et que l'on cuit à feu doux pendant cinq heures, après avoir fermé la casserole couverte avec un papier beurré. Passe et dégraisse ton fonds de cuisson que tu serviras avec la pièce entière ou découpée.

En hiver, tu peux préparer la quantité nécessaire à quatre ou cinq entrées, car ce bœuf se conserve bien et peut être servi avec des légumes blanchis, tels que navets, carottes, haricots, pommes de terre, etc.

Bouilli. — Les autres parties du bœuf, le gîte, le cou, peuvent subir la même préparation, mais ordinairement elles sont destinées à la préparation du bouillon. Ce bouilli peut être servi entier comme relevé de potage très ordinaire; avec un cornichon, avec une sauce rémoulade ou tartare, ou une sauce tomate, etc. Afin de ne pas se fatiguer de ce plat, varie les apprêts autant que possible. Le bouilli se mange quelquefois en *miroton*. Pour cela, fais roussir dans une cuillerée de beurre, un oignon coupé en tranches jusqu'à ce qu'il soit bien cuit, ajoute le bouilli coupé à petits morceaux, fais-le sauter, assaisonne avec une pincée de poivre, singe (1) ce ragoût avec une cuillerée de farine,

(1) On *singe* un ragoût en parsemant la farine nécessaire à lier une sauce, sur la viande que l'on fait roussir ensemble, ce qui donne au ragoût l'excellent goût de noisette que l'on aime à rencontrer dans les bonnes préparations culinaires.

mouille avec un demi-verrre de bouillon, un filet de vinaigre et sers chaud. Enfin, on peut hacher le bouilli et en faire des croquettes, de médiocre valeur, c'est vrai, mais qui permettent d'utiliser cette viande. (Vois page 167.)

Langue. — La langue de bœuf peut être préparée comme les autres viandes avec une sauce piquante ou toute autre sauce épicée; mais quelle que soit la préparation, il faut la faire blanchir. Pour cela, mets-là à l'eau froide salée à 1 0/0, porte le liquide à l'ébullition, écume à mesure et retire-la aussitôt pour la ratisser toute chaude avec un couteau et enlever la peau dure et noire.

Cervelle. — La cervelle peut être servie frite, au beurre noir ou toute autre sauce de goût relevé, mais il faut auparavant la faire dégorger quelques heures dans l'eau. Aussitôt qu'elle est débarrassée du sang, la mettre dans l'eau froide salée, la poser sur le feu et la retirer aussitôt que l'eau arrive à l'ébullition afin d'enlever la peau (pie-mère).

Gras double. — Quelle que soit la préparation, choisis du gras double épais, nettoie-le avec beaucoup de soins en le lavant à plusieurs eaux bouillantes et fais-le dégorger à l'eau froide. Coupe ensuite ton gras double en morceaux de quatre à cinq centimètres et fais-le bien cuire à l'eau pendant douze ou quinze heures avec quelques tranches

d'oignons, une gousse d'ail, un clou de girofle. Après la cuisson à l'eau tu peux servir le gras double avec une sauce ravigote, une rémoulade, une mayonnaise même, ou comme entrée avec une sauce poulette.

Le gras double bien cuit, préparé avec une sauce poulette à laquelle on incorpore deux cuillerées de fromage râpé par personne et mis au gratin est excellent.

Quelquefois, le gras double est cuit dans une braise à laquelle on ajoute un os de jambon et trois ou quatre gousses d'ail, préalablement roussies au four. Après douze à quinze heures de cuisson, retire les morceaux de gras double un à un avec une cuillère en bois et mets-les dans une sauce au madère faite avec deux grandes cuillerées du jus de braise et bien réduite.

Du veau

Le veau est d'une très grande utilité en cuisine; la tête, les pieds, la cervelle, le foie et les rognons qui peuvent être servis en hors-d'œuvre fournissent des entrées ordinaires.

Le cuissot, la noix, les côtelettes, la tête, peuvent fournir de bons relevés de potage ou être utilisés pour faire un très grand nombre d'entrées chaudes que je n'essaierai pas d'énumérer, car la liste en serait trop longue.

Entrées. — Les côtelettes, la noix, le cuisseau, sont les morceaux que l'on préfère pour les entrées de choix. Les sauces les plus convenables pour ces entrées sont l'espagnole, l'allemande, la bordelaise, la sauce aux câpres, la financière, la poulette, la sauce au madère, la sauce piquante, la soubise et la sauce tomate.

Selon la sauce que tu auras choisie pour ton veau, qui sera brune, blonde ou blanche, tu devras varier la cuisson.

Si tu choisis une sauce brune dérivant de l'espagnole, prends un morceau de veau de 100 grammes environ par personne; ficelle-le après l'avoir désossé; épice-le, fais-le bien roussir à petit feu des deux côtés, dans un fonds marqué avec une cuillerée de beurre, une cuillerée de jambon haché et un bouquet aromatisé; mouille-le avec deux grandes cuillerées d'eau, de bouillon, ou de jus salé à 1 0/0, comme je t'ai dit, ceci est facultatif; fais cuire à feu doux pendant une heure environ ou une heure et demie si la pièce est grosse. Aussitôt cuite, si c'est pour une entrée de gala, retire le jus de cuisson qui te servira à préparer, d'après le mode décrit, la sauce que tu auras choisie. Si c'est pour ton ménage, tu peux te contenter de lier ce jus avec une cuillerée de bonne farine; mais il est préférable, dans ce cas, lorsque ta viande est bien roussie, de singer ton entrée et la mouiller ensuite. Tu peux varier cette modeste sauce pour ton ménage, en ajoutant un jour quelques

cornichons, quelques câpres, quelques champignons frais ou secs, ou bien un légume blanchi tels que haricots, olives, choux, céleri, pois verts, pommes de terre (1). Les légumes secs en purée peuvent te servir de garniture et même les légumes frais, tels que l'endive, l'oseille ou tous autres légumes coupés sous diverses formes que l'on peut faire blanchir et revenir avec du beurre pour les améliorer. Le beurre, dans ce cas, peut être avantageusement remplacé par un bon jus.

Si la garniture est féculente comme les haricots et les pommes de terre, tu n'as pas besoin de lier la sauce qui doit être maintenant beaucoup plus claire. Il est même préférable, avec ces garnitures, de mouiller la viande avec une grande cuillerée de bouillon de plus, à moins d'avoir du jus pour nourrir les purées.

Quelquefois, les escalopes de veau, c'est-à-dire de petites tranches rectangulaires de veau de quatre ou cinq centimètres de large, sept ou huit centimètres de long et un centimètre d'épaisseur sont sautées et servies sur des croûtes de pain rôties dans du beurre. Pour cela, pose à plat les escaloppes au fond d'un sautoir dans lequel tu as fait roussir un oignon et un peu de persil bien hachés avec une cuillerée de beurre, une cuillerée de lard. Fais-les cuire pendant trois ou quatre minutes des

(1) Ces deux derniers légumes peuvent être mis sans les faire blanchir.

deux côtés en ajoutant une pincée de sel ; verse-les sur les croûtes de pain et masque ta viande avec la sauce brune que tu auras choisie. Huit ou dix minutes suffisent pour préparer cette entrée qui, bien soignée, peut être délicieuse.

Le veau peut être préparé avec une sauce blanche. Pour quatre personnes, mets dans une casserole, avec 400 grammes de veau coupé à morceaux, une cuillerée de beurre fondu, 10 grammes de sel, une pincée de poivre blanc avec une carotte, un oignon émincé et un bouquet aromatisé. Fais revenir le tout sans le faire roussir. Ajoute deux grandes cuillerées de bouillon que tu porteras à l'ébullition; fait cuire à feu doux pendant une heure; ajoute un jus de citron, un peu de persil haché et lie la sauce avec un jaune d'œuf ou avec une cuillerée de farine. Le jour où tu désireras mieux soigner cette sauce poulette tu pourras, après avoir cuit la viande dans quelques cuillerées de velouté, retirer le jus de cuisson, le tamiser, afin de t'en servir pour préparer une sauce allemande.

Le veau peut être poélé, servi chaud au jus simplement, ou bien à froid la gelée. (Voir *Entrées froides*). Pour la préparation des pieds et de la tête. (Voir *Hors-d'œuvre.*)

Du mouton

Afin d'avoir du bon mouton, choisis-le gros à chair noire avec des gigots courts, et autant que possible laisse-le mortifier pour qu'il devienne plus tendre.

Le gigot habituellement est réservé comme rôti et les côtelettes sont grillées; les autres parties, telles que l'épaule, le cou, la poitrine, la queue sont destinés au bouillon ou aux ragoûts; les rognons peuvent être servis en brochette comme hors-d'œuvre, avec une maître-d'hôtel ou bien sautés avec une sauce dérivant de l'espagnole comme entrée; enfin les pieds sont le plus souvent mangés en salade (voir *Hors-d'œuvre*), ou avec une sauce poulette.

Ragoût de mouton. — Toutes les parties du mouton, telles que le gigot, la selle, les épaules, le cou, sont très souvent servies comme entrées chaudes ou servies en ménage avec un légume. Pour cela, fais roussir à feu doux 500 grammes de viande pour quatre ou cinq personnes, dans une casserole avec une cuillerée de beurre, autant de jambon coupé à très petits dés, ou avec une cuillerée de graisse un oignon haché, un rien d'ail, une pincée de poivre et 10 grammes de sel. Après que ta viande sera bien brunie, singe ton ragoût que tu dois bien surveiller alors, afin qu'il ne s'attrape à la casserole, ajoute une grande cuillerée de jus, de bouillon ou d'eau simplement et fais réduire à moitié.

A cette sauce, tu peux ajouter divers légumes praéalablement blanchis ou bien des câpres, des champignons, des cornichons, etc.

Les épaules ou les gigots de mouton et les carrés même peuvent être servis simplement braisés (vois *Braise*); ou bien avec des légumes blanchis que l'on finit de cuire avec le fonds de braise.

Langues de mouton. — Les langues de mouton blanchies et débarrassées de leur peau peuvent subir un assez grand nombre de préparations pour entrées ordinaires et peuvent être mises au gratin. Fais cuire pendant une demi-heure dans une grande cuillerée de bouillon, une cuillerée à bouche de beurre, un bouquet assaisonné; ajoute, si tu veux, une cuillerée de coulis, lie ta sauce avec une cuillerée de farine, dépose le tout dans un plat à gratin préalablement préparé avec un peu de beurre, de la chapelure, et pose ton plat à gratiner pour le servir très chaud.

Les côtelettes de mouton sont quelquefois frites et servies avec une sauce qui peut varier, mais ordinairement elles sont grillées pour être servies avec des pommes de terre frites ou en purée. Le gigot reçoit bien souvent les honneurs de la broche, et quoique ce rôti soit assez ordinaire, il n'en est pas moins recommandable dans les familles.

Je termine ces quelques indications en te disant que le mouton est si répandu qu'il est peu servi dans les grands dîners.

De l'agneau

L'agneau subit presque les mêmes apprêts que le veau ; les cervelles, les côtelettes et les pieds peuvent être servis comme hors-d'œuvre; les autres parties peuvent être servies en entrée et les gigots à la broche.

Les *issues* d'agneau, la tête, le foie, le cœur, le mou, les pieds sont ordinairement préparés en sauce. Après les avoir fait dégorger et blanchir quelques minutes à l'eau bouillante, ou les fait roussir avec un oignon haché, une cuillerée d'huile ou de beurre; on assaisonne avec sel, poivre; on mouille le ragoût après l'avoir singé, avec une cuillerée de bouillon, une cuillerée de vin et l'on fait réduire.

Toutes les parties de l'agneau peuvent être servies en hors-d'œuvre (voir *Hors-d'œuvre*), ou à la gelée. (Voir *Entrées froides*.)

Du cochon

La bonne chair de cochon est ferme et rougeâtre, sans taches blanches qui sont des indices de *ladrerie* (1). Quoique la chair de cochon soit difficile à

(1) On donne ce nom à une maladie chez les pores caractérisée par la présence de certains entozoaires (*Cysticercus cellulosa*) qui se développent dans le tissu cellulaire sous forme de corps d'apparence tuberculeuse. La viande atteinte de cette affection est de très

digérer, la cuisine en fait un grand usage et toutes les parties de cet animal, que Monselet a chantées dans une ode superbe, sont utilisées dans l'art culinaire.

Le porc frais peut être mis à la broche, au four, grillé ou bien roussi comme toutes les viandes. Afin de le rendre plus digestible il peut être mis à mariner. Quelquefois, après avoir été grillé, il est servi avec une sauce piquante. Toutes les parties du cochon peuvent subir cette préparation sans en excepter la tête, la langue, les oreilles et les pieds, mais ces derniers sont plus souvent servis grillés. (Voir *Hors-d'œuvre.*)

La cervelle du cochon peut être aussi servie avec une sauce piquante comme entrée ou frite au beurre noir comme hors-d'œuvre, mais quelle que soit sa préparation, elle doit être blanchie avant de subir une préparation.

Quoique la plupart des préparations de cochon se trouvent chez le charcutier, permets-moi de te dire un mot de leur fabrication.

Saucisse. — Pour faire de la saucisse, prends de la chair de porc plus grasse que maigre, hache-la très fin, assaisonne avec deux pincées de fines

---

mauvaise qualité, et à peu près impropre à la consommation. Cette viande, si on tient absolument à en tirer parti, doit être bien cuite afin de faire périr les cysticerques qui, introduits dans le canal intestinal de l'homme s'y métamorphosent en ténias ou vers solitaires.

épices par kilogramme, 1/2 0/0 de poivre et 3 0/0 de sel, si tu désires la conserver; tandis que 2 0/0 suffisent à la saucisse qui, fraîche, doit être livrée à la consommation, entonne-la dans des boyaux de cochon bien lavés; à défaut de ceux-là, on se sert d'autres. Tu peux ajouter quelques truffes au hachis, qui améliorent beaucoup la saucisse. La saucisse peut être grillée et servie avec une sauce piquante, une sauce tomate ou sur une purée de légumes.

Boudin noir. — Dans le sang qui doit servir à préparer le boudin, il faut ajouter deux ou trois cuillerées à bouche de vinaigre et le bien remuer avec une cuillère. Dans une casserole, fais revenir avec 200 grammes de saindoux, deux gros oignons hachés, 2 kilogrammes environ de chicorée préalablement blanchie et hachée, ajoute une livre de panure coupée à gros dés, mêle le tout avec deux litres de sang, ajoute 30 grammes de sel, 5 grammes de poivre, une pincée de fines épices et entonne le tout dans les boyaux de cochon jusqu'au bout, préalablement ficelé. Plonge les boudins dans l'eau bien chaude mais non bouillante et, après un quart d'heure, perce-les avec une épingle; si le sang n'en sort pas, ils sont assez cuits, sinon remets-les encore quelques minutes à l'eau tiède. Il faut les mettre à refroidir et les conserver dans un endroit frais pour le jour que tu désires les livrer à la consommation.

Le boudin ne peut se conserver plus de trois ou quatre jours.

Le boudin est ordinairement grillé ou frit dans la graisse, et servi avec un filet de vinaigre légèrement réduit dans la poêle.

Pâté de foie. — Sous le nom de *fricandeau*, dans le Midi, on fait dans les familles une espèce de gâteau de foie de cochon qui est excellent, et que l'on mange habituellement froid; mais qui peut être mangé chaud avec divers légumes.

Pour préparer ce gâteau, hache le plus fin possible : 1 kilog. de foie, 2 kilog. de filet large, tu peux même ajouter un peu de mou, assaisonne avec 100 grammes de sel, 2 grammes de poivre et une pincée de fines épices. Avec cette farce forme des boules de 8 à 10 centimètres de diamètre, roule-les dans la toilette de porc pour les faire cuire doucement pendant deux heures, feu dessus et dessous sur un lit de panne de cochon coupé à gros dés. On peut se rendre compte si l'assaisonnement est convenable en faisant cuire sur la braise dans du papier beurré un peu de farce préparée.

Tu peux améliorer ce hachis en ajoutant quelques truffes noires. Certaines personnes font cuire ces fricandeaux dans de petites terrines où ils peuvent être conservés, couverts de graisse, jusqu'à la fin du printemps. Lorsqu'on désire conserver les fricandeaux pendant tout l'été, il faut aussitôt que la cuisson est faite dans des terrines ou des casseroles

en terre, les laisser refroidir, les dépoter pour enlever l'humidité du fond et les remettre dans des terrines que l'on recouvre de graisse fondue. La terrine est ensuite couverte d'un papier d'étain, fermée avec le couvercle autour duquel on colle une bande de papier pour éviter le contact de l'air. Toutes ces précautions ne sont pas toujours suffisantes et, pour bien conserver ces préparations, il faudrait avoir recours aux boîtes en fer-blanc soudées, desquelles je te parlerai pour la conservation des aliments.

Rillettes. — Les ménagères qui tiennent à se rendre compte des produits qu'elles livrent à la consommation de leur famille, font fondre la graisse chez elles. Pour cela, prends par égales parties un peu de lard, un peu de panne de cochon, coupe le en morceaux, fais fondre dans une casserole avec une demi-cuillerée d'eau au fond jusqu'à ce que les rillettes se colorent en brun et que l'évaporation soit complète. Retire les rillettes, fais-les égoutter, sale-les et fais-les refroidir avant de les servir. Quelquefois, dans la campagne, les rillettes servent à préparer un gâteau fort ordinaire d'ailleurs.

Le porc frais peut être rôti au four ou à la broche, roussi, mis en ragoût, et servi comme le mouton avec des légumes frais ou secs, entiers ou en purée. Ces ragoûts doivent toujours être soigneusement dégraissés.

Je termine en te disant que la viande de cochon,

difficile à digérer, n'est jamais servie dans les dîners d'apparat. Les cervelles et les pieds truffés pourtant sont quelquefois servis comme hors-d'œuvre et les jambons à la gelée comme plat froid.

Je ne devrais pas te parler de la préparation des jambons glacés, qui peuvent servir à cinquante ou soixante personnes et ne peuvent pas être utilisés en famille; néanmoins je t'entretiendrai de leur cuisson en traitant les plats froids.

La volaille

Les relevés de potage et les entrées que nous fournit la volaille sont plus délicats que ceux que nous donne la viande de boucherie.

Aussitôt tuée, la volaille doit être plumée, flambée (1), et vidée. Pour vider une volaille, incise la peau sur le derrière du cou, détache légèrement la trachée et la poche d'avec la peau, introduis le doigt dans le trou du bréchet, tourne-le en le courbant pour détacher ce qui est dans le corps et favoriser l'extraction des boyaux qui se fait par le bas. Incise la peau entre le croupion et l'anus, retire avec le doigt les boyaux, foie, cœur, gésier, sans déchirer la volaille et, dans l'orifice de l'anus, fais passer le croupion. Fais attention en tirant le

(1) Passer la volaille sur la flamme vive d'un feu vif, afin de brûler les poils qui restent.

foie, d'en extraire l'amer (*vésicule biliaire*), sans le déchirer. Si ta volaille doit être servie entière, il faudra la *brider* (1).

Comme le veau et l'agneau, les volailles en entrées peuvent être sautées, roussies ou poélées, et, après qu'elles ont subi cette préparation, elles doivent être servies avec une des sauces que l'on a choisie.

Les poulets jeunes et tendres seuls sont sautés et servis avec une cuillerée de madère et un jus réduit à glace. Les sauces blanches dérivant de la sauce veloutée, conviennent aux volailles, cuites sans les faire roussir, qu'on peut, à la rigueur, appeler poélées, tandis que les viandes roussies sont généralement servies avec une sauce espagnole ou une de ses dérivées. Toutes les volailles peuvent être servies découpées ou entières comme entrées chaudes; mais si elles doivent servir comme relevés de potage, il convient de les servir entières. Dans ce cas, après les avoir flambées, vidées et bridées, elles sont poélées ou braisées et le fonds dégraissé sert à préparer la sauce que l'on a choisie.

---

(1) Pour brider une volaille, passe avec une aiguille à brider une ficelle au-dessus de l'os de l'aile gauche *(humerus)* de dedans en dehors et ensuite au-dessous de l'os de dehors en dedans, traverse la poitrine pour faire la même opération en sens inverse à l'autre aile; pique ensuite l'aiguille sur le dehors à l'articulation du jarret de la cuisse gauche, amène le plus possible en avant, traverse le corps, la cuisse droite et sur le dos serre autant que possible les deux bouts de la ficelle, afin que le poulet soit très serré et présente la chair des filets en avant.

Dans les dîners de gala, les volailles en entrées peuvent être servies découpées sans perdre de leur valeur ; d'ailleurs, elles sont plus vite cuites; elles prennent mieux le goût de la sauce; on peut les manger avec tout le calorique suffisant, tandis que l'habileté de l'amphytrion peut ne pas suffire en présence d'un grand nombre d'invités et vous vous exposez dans ce cas, à manger les volailles insuffisamment chaudes ce qui peut compromettre la valeur des meilleurs mets.

Pour faire sauter un poulet, après l'avoir flambé et vidé, dépèce-le; enlève d'abord les ailerons, les cuisses qui doivent être détachées de la carcasse; les ailes que l'on détache en faisant glisser le couteau sur les côtes, entre l'aile et la fourchette, et sépare la poitrine en brisant les côtes de côté et d'autre. Coupe les pattes un peu au-dessous de la première jointure et enlève l'os supérieur de la cuisse. Divise en trois ou quatre morceaux la carcasse; pose-le tout au fond d'un sautoir dans lequel tu auras fait roussir un oignon haché, un brin de persil avec une cuillerée d'huile ou beurre et autant de maigre de jambon coupé à petits dés. Ajoute 2 grammes de sel, une petite pincée de poivre, fais cuire des deux côtés. Lorsque ta viande est bien roussie, au bout de quatre ou cinq minutes. singe ton ragoût avec une cuillerée de farine; fais sauter le tout deux ou trois fois, ajoute une cuillerée de madère, deux cuillerées de jus ou de bouillon. Tu peux ajouter si tu désires, un hachis de truffes

ou de champignons ; fais réduire à glace ; finis ta sauce avec un jus de citron et dresse bien chaud, dans le plat. Pose d'abord, au milieu du plat, les morceaux de carcasse autour de laquelle tu déposeras les ailes, les cuisses, l'estomac, et masque le tout par le peu de sauce que tu auras.

Si tu désires préparer une volaille en, sauce blanche, découpe-la de la même façon, mets les morceaux à dégorger dans l'eau pendant deux heures pour les faire blanchir ; fais-les cuire à feu doux dans du beurre fondu avec un bouquet assaisonné, 2 grammes de sel, une pincée de poivre blanc, pendant cinq ou six minutes sans les faire roussir ; ajoute une grande cuillerée de jus et porte le liquide à l'ébullition. Lorsque tu t'apercevras que ta volaille est cuite, tu retireras les morceaux, tu passeras ton liquide après l'avoir réduit à moitié, tu feras ta sauce allemande ou ta sauce poulette qui te servira à masquer la volaille dressée.

Pour préparer cette sauce, tu peux ajouter des champignons et des truffes.

Comme tu le vois, la cuisson des volailles est semblable à celle des autres viandes blanches, elle doit varier selon la sauce que l'on choisit. Est ce à dire que ces quelques conseils te permettront de préparer les poulets de toute façon ? Certainement non, car les apprêts sont très variables, mais je crois que ces notions te suffiront pour les besoins de ton ménage et te permettront de t'initier peu à peu aux secrets de l'art culinaire.

On donne le nom de *poulet à la Marengo* à un poulet sauté à l'huile et garni avec des champignons, des truffes, des cœurs d'artichauts.

Ordinairement, les garnitures sont plus copieuses pour les *poulardes* (1), pour les *poules* et les *chapons* (2) qui sont plus succulents que les poulets, mais comme les poulardes et les chapons donnent de précieux rôtis on les conserve ordinairement pour la broche.

Ces diverses volailles peuvent être servies avec des légumes blanchis que l'on finit de cuire ordinairement dans le fonds de cuisson après l'avoir passé à l'étamine. Dans les dîners d'extra, ces légumes doivent être préalablement sautés au beurre.

Dinde. — La *dinde* peut subir les mêmes apprêts que la poule, mais à cause de son volume, on met très souvent les abatis en sauce et la dinde rôtie. Elle peut être mise poélée ou braisée avec ou sans truffes et servie simplement au jus ou avec sauce. Je n'ai pas à te dire que la sauce doit être toujours en rapport avec la pièce que l'on prépare ; par conséquent tu dois toujours réserver pour les entrées de volailles de meilleures sauces que pour tes ragoûts ordinaires. La dinde braisée est quelquefois servie froide avec la gelée clarifiée. (Voir *Entrées froides.*)

---

(1) Nom qu'on donne aux jeunes poules engraissées auxquelles on a retiré les ovaires pour les rendre stériles.

(2) Les chapons sont de jeunes coqs qui ont subi la castration.

Les meilleures dindes sont celles qui ont la peau blanche et les pattes noires. On doit donner la préférence à la femelle jeune, ordinairement plus grasse et plus tendre que le mâle.

Canard et oie. — Si tu te rappelles, comme je te l'ai dit, que les garnitures de légumes conviennent mieux aux viandes les plus succulentes, tu comprendras que l'*oie* et le *canard* peuvent être préparés avec beaucoup de légumes. En effet, après avoir été rôtis à la broche, poêlés ou braisés, ces volatiles peuvent être mis avec un très grand nombre de garnitures, de légumes secs en purée ou de légumes frais blanchis, coupés, tels que les navets, les salsifis, les oignons, les pois, les lentilles, les olives, etc., ou bien servis avec une sauce brune de goût relevé. Les entrées chaudes de canard domestique ou d'oie ne figurent habituellement pas dans les dîners de gala.

Les oies sont quelquefois conservées dans la graisse. Pour cela on les fait rôtir, on enlève les ailes, les filets et les cuisses, que l'on fait bouillir pendant dix minutes dans le saindoux salé à 2 0/0 avec un bouquet assaisonné. Après ce temps, presse bien les membres dans un pot, recouvre avec le saindoux toutes les parties que tu pourras retirer au fur à mesure de tes besoins. L'oie peut être conservée ainsi plusieurs semaines. Elle est très précieuse pour améliorer les soupes de légumes.

Le canard sauvage et les pigeons peuvent être

servis en salmis dans les dîners convenables, ou mis après avoir été braisés avec une sauce brune ou en ragoût avec des champignons, des truffes, des petits pois, etc.

Le pigeon est quelquefois servi en *crapaudine*. Pour cela, on prend un jeune pigeon que l'on trousse les pattes en dedans, s'il est gros on le fend par le dos, on retire le foie que l'on hache avec de la mie de pain mouillé, un peu de beurre, sel et poivre, on peut ajouter un jaune d'œuf, et on panne le pigeon que l'on met sur le gril ou au four pour faire cuire à petit feu. Au moment de servir, verse dessus une cuillerée de beurre fondu avec un jus de citron.

Du gibier

Sous ce nom on peut désigner les oiseaux, le gibier à poil et la venaison.

Tous les oiseaux peuvent être servis en salmis, mais les bécasses, les grives, les perdreaux, les merles, les allouettes, les sarcelles, les pluviers et les vanneaux sont les seuls qui figurent dans un bon dîner.

Beaucoup de cuisiniers, pour préparer un salmis, rôtissent leur gibier à la broche, le dressent sur des croûtons et versent dessus une mirepoix au vin rouge; mais je préfère que tu fasses roussir à feu

doux ton gibier, flambé et vidé, dans une casserole foncée avec deux cuillerées de jambon gras et maigre bien haché, une cuillerée d'huile, un peu d'oignon, sel et poivre, une pincée de basilic, de thym et une feuille de laurier. Le gros gibier doit être découpé. Lorsque ta viande est bien roussie, singe ton entrée, fais-la sauter deux ou trois fois, retire les quartiers, l'estomac et ajoute dans la casserolle une cuillerée de bouillon ou de jus, porte à l'ébullition ; lorsque la réduction sera bien faite, retire le reste du corps, pile-le en ajoutant au fur et à mesure quelques cuillerées de sauce que tu passeras à l'étamine et dans laquelle tu feras chauffer les quartiers sans farie bouillir la sauce. Le salmis est servi sur des petites tranches de pain frites au beurre. On ajoute quelquefois un hachis de truffes.

Le gibier, après avoir été rôti ou braisé, peut être servi comme entrée dans les dîners de gala avec une sauce chasseur ou une sauce catalane. Les perdrix sont quelquefois préparées aux choux ou à la purée de lentilles.

Perdrix aux choux. — Fais roussir ta perdrix flambée et troussée dans une casserole avec un peu de beurre, une pincée de farine, un bouquet assaisonné, une carotte, un peu de lard haché et, dans une autre casserole, fais blanchir un chou frisé avec une cuillerée de graisse, 150 grammes de petit salé — on peut ajouter autant de saucisse sèche — et une carotte. Les choux ainsi cuits

doivent être bien égouttés et ajoutés à la viande les jours d'ordinaire; mais si tu désires donner un peu plus de coup d'œil à ton entrée, beurre une casserole qui puisse contenir exactement ton entrée, place au fond, tout autour, les carottes, la saucisse, coupées en tranches que tu alterneras avec des morceaux de petit salé coupés à gros dés, comme tu désireras, afin d'obtenir le dessin qui te conviendra. Dépose une couche de choux par-dessus, mets ta perdrix au milieu, recouvre-la avec d'autres choux, fais cuire le tout pendant quarante ou quarante-cinq minutes, avec le jus de cuisson de la perdrix délayé dans une cuillerée de jus ou de bouillon. Lorsque ta sauce sera complètement réduite, repose ton plat dessus-dessous sur la casserole et renverse-la tout d'un coup.

Perdrix aux lentilles. — Après avoir fait roussir ta perdrix, mouille-la avec un peu de sauce espagnole et sers-la sur une purée de lentilles délayée avec le jus de cuisson dégraissé et tamisé.

Lièvres et lapins. — Les meilleurs lièvres et les meilleurs lapins sont ceux qui vivent dans les montagnes ou mieux encore dans les garrigues.

Les jeunes lièvres sont nommés *levrauts*, les jeunes lapins, *lapereaux*. Pour reconnaître les jeunes, tâte-les avec le doigt sur le dehors des pattes de devant, au dessus du joint; si tu trouves une grosseur comme une petite lentille, c'est une

preuve qu'ils sont jeunes. Il est bien plus difficile de reconnaître leur habitat, mais avec un peu d'habitude, on arrive à distinguer les bons qui sont plus fermes et répandent, quand on les flaire au ventre, une odeur aromatique.

Les plus jeunes animaux peuvent être sautés, mais ils sont plus souvent réservés pour la broche.

Les lièvres et les lapins adultes sont ordinairement servis en civet.

Civet de lièvre. — Coupe ton lièvre en moyens morceaux (1) ayant soin de mettre le sang de côté, après l'avoir mélé avec une cuillerée de vinaigre; dépose les morceaux dans une casserole où tu auras fait fondre 150 grammes de lard bien haché avec un bouquet assaisonné, sel, poivre ; fais revenir les viandes à feu vif pendant vingt minutes. Lorsque ta viande est bien roussie, singe ton ragoût, mouille avec une cuillerée de vin rouge, une de bouillon, porte le liquide à l'ébullition, fais bien réduire, et quand ton lièvre est cuit, c'est-à-dire un quart d'heure après environ, avec le sang fais la sauce qui doit être assez consistante.

Les lapins sont préparés de la même façon, mais comme le lièvre, ils peuvent subir d'autres apprêts. D'abord, quelques personnes mettent des petits

(1) Les morceaux ne doivent pas être de plus de 40 à 50 grammes. Les morceaux plus petits prennent mieux le goût de la sauce.

oignons sautés dans le civet; d'autres, des champignons et certaines mettent le mélange des deux. On peut, après avoir fait sauter les filets du lapin, pendant cinq ou six minutes dans le beurre bien clair, les saler et les servir avec une sauce chasseur ou toute autre sauce brune avec des garnitures de légumes blanchis et sautés au beurre.

Les jeunes lapins peuvent être mis au gratin ou en papillottes comme l'agneau (voir *Hors-d'œuvre*), ou à la gelée. (Voir *Entrées froides.*)

Les lapins de campagne et les lièvres peuvent figurer dans un dîner convenable, mais dans les dîners d'apparat, on donne la préférence au gibier à plume. Je n'ai pas à te faire observer qu'un lapin de basse-cour ne peut être servi qu'en famille.

J'ai peu de chose à te dire sur le gibier de venaison qui se mange fort peu en ménage. Ordinairement, après avoir découpé ces animaux en quartier, on les pique et on les met dans une marinade cuite pendant deux ou trois jours. Ces viandes sont servies en civet comme relevés de potage, et, plus souvent encore, rôties à la broche.

Je termine cet article sur les entrées chaudes en te faisant remarquer que le poisson peut être servi, comme entrée, dans les dîners maigres.

DOUZIÈME ENTRETIEN

Des plats froids.

Le froid est à la cuisine ce que les fleurs de rhétorique sont au discours ; il en est la vie et l'ornement.

Le froid, cette belle partie de l'art culinaire, doit déceler le bon goût du praticien et de l'amphitryon. La confection des pièces froides élégantes, luxueuses, qui sont servies aux soupers de bal et aux buffets comme *bouts de table*, mérite l'attention des praticiens habiles, qui peuvent briller dans toutes ces belles préparations de gelées bien clarifiées, de ces jolies mayonnaises à couleurs variées, du beurre de Montpellier d'un vert tendre, de ces jolies glaces blondes, destinées aux chaufroids, etc. Mais comme je ne dois pas perdre de vue le but que je me propose, je glisserai rapidement sur cette étude ; je t'indiquerai comment la ménagère peut utiliser certaines viandes froides qui ne pourraient se servir sous d'autres formes.

Aspic de volailles. — Après avoir flambé une poule, trousse-la en dedans, mets-la dans une

marmite, avec un morceau de jambon de quarante à cinquante grammes, les parures de viande qui sont à ta disposition, deux pieds de veau désossés, vingt grammes de sel; remplis ta marmite avec deux ou trois litres d'eau, ajoute une pincée de thym, de basilic, une feuille de laurier et porte le liquide à l'ébullition. Ecume le bouillon, ajoute un bouquet aromatique, fais mijoter ta gelée pendant quatre heures. Retire ta volaille, dégraisse le liquide, passe le à travers une serviette mouillée et fais-le réduire à moitié. Fouette un blanc d'œuf à la neige, mêle-le à la gelée que tu replaceras sur le feu ardent en fouettant le tout jusqu'à ce que l'ébullition reprenne. Retire la marmite sur l'angle du fourneau, couvre-la, fais-la mijoter deux ou trois minutes jusqu'à ce que le blanc d'œuf revienne complètement à la surface, passe la gelée à travers une étamine ou une serviette bien fine, mouillée et rattachée aux quatre pieds d'une chaise renversée. Si la gelée n'était pas d'une limpidité parfaite, repasse-la deux fois : si deux filtrages ne suffisent pas, tu devras fouetter un autre blanc d'œuf avec un jus de citron ou un filet de vinaigre blanc, l'ajouter en bien remuant à ta gelée, que tu reporteras à l'ébullition pendant trois minutes, pour repasser à nouveau à travers une serviette mouillée ou une étamine. Si tu désirais colorer ta gelée, tu pourrais ajouter trois ou quatre gouttes de caramel avant de la fouetter. Quand on n'a pas l'habitude de cette préparation, il est prudent de la faire un

peu d'avance afin de s'assurer du degré de consistance variable selon les saisons. La consistance peut être diminuée en ajoutant un peu de liquide, consommé ou eau simplement, et elle peut être augmentée par la réduction.

Dans un moule d'entrée à cylindre, que tu poses sur de la glace pilée, tu verses une demi-cuillerée de gelée; aussitôt que la gelée est prise par le froid, tu ranges avec ordre du blanc de volailles, des petits cornichons ou des légumes blanchis que tu recouvres de gelée qu'il faut laisser congeler. Tu reposes, sur cette gelée prise, une autre couche de viande que tu disposes de façon à obtenir un dessin régulier, et quand tu as rempli complètement d'aspic ton moule, tu le recouvres d'un couvercle de casserole sur lequel tu places de la glace pilée. Deux heures après, tu trempes le moule dans l'eau chaude, tu le retires promptement afin de le retourner facilement sur un plat d'entrée qu'on pose sur la glace pour le servir avec un peu de gelée hachée. Tu peux mettre tout autour de petits croûtons de gelée qu'il faut couper bien net. Il est aisé de comprendre que l'on peut obtenir ainsi les dessins que l'on veut; on peut aussi, si l'on désire, tremper dans de la mayonnaise ou dans le beurre de Montpellier, certains légumes, certaines viandes et obtenir une variété de couleurs dans ces pièces à la fois luxueuses et élégantes.

On peut mettre dans les aspics des morceaux de choix, des viandes tendres de boucherie que l'on

coupe en filets, tels que le filet de bœuf et de mouton, de veau, d'agneau, des foies gras, des cervelles de volaille, de gibier et toutes sortes de filets de poissons. Ces pièces sont ordinairement servies avec des hâtelets garnis que l'on prépare avec des moules à gelée et dont la garniture peut varier aussi. Ces hâtelets doivent être piqués obliquement sur la pièce, aux angles d'un triangle équilatéral supposé ayant environ pour côté une fois et demie le rayon de la pièce et disposés obliquement de façon que la distance entre les têtes des hâtelets soit double de celle de la base.

Cette gelée peut servir à décorer les galantines; dans ce cas, les hâtelets sont posés sur une ligne droite, celui du milieu est piqué perpendiculairement et les autres obliquement.

Galantine de volaille. — Après avoir flambé une belle volaille, pas trop grasse, tu la désosses comme je t'ai fait voir, tu l'élargis sur une serviette en enlevant la moitié de la chair environ que tu replaces aux endroits où la peau est presque visible afin que la surface soit garnie partout de la même épaisseur ; ajoute trois grammes de sel par hectogramme de volaille, dépose sur le dos la moitié d'une farce pilée faite avec trois cents grammes de noix de veau; deux cents grammes de jambon, moitié gras moitié maigre; deux cents grammes de cochon frais, une cuillerée de fines herbes et deux cuillerées de truffes hachées très fines. Sur ce lit de

farce dépose cent grammes de veau, autant de jambon, de porc frais coupés en filet d'un centimètre d'épaisseur, deux cents grammes de truffes, ayant soin de mélanger les couleurs et de presser un peu les filets dans la farce. Assaisonne avec cinquante ou soixante grammes de sel pilé deux pincées de poivre blanc, une pincée de fines épices et recouvre le tout avec la farce restante. Avec une aiguille à brider couds ta volaille afin de lui donner le mieux possible la forme primitive, mets-la dans un linge fin serré aux deux extrémités ; avec la ficelle peu serrée enveloppe ta pièce afin qu'elle ne puisse se déformer par la cuisson.

Selon la forme de ta galantine, dépose ta volaille dans une casserole ronde ou ovale que tu auras foncée avec deux ou trois oignons, autant de carottes, un bouquet assaisonné, deux pieds de veau, ou deux jarrets, les os de la volaille, un verre de madère ou demi-verre d'eau-de-vie et suffisamment d'eau ou de bouillon pour couvrir la galantine. Couvre le tout d'un papier beurré, porte le liquide promptement à l'ébullition, retire sur l'angle du fourneau, fais-le mijoter pendant trois heures. Après cuisson, retire la casserole du feu pour la faire refroidir, trente minutes après retire la galantine, presse-la légèrement afin de faire sortir le peu de liquide qu'elle contient et lui donner la forme nécessaire; pose-la du côté de l'estomac sur un plat renversé avec un poids de

quatre ou cinq kilogrammes sur le dos, dégraisse le liquide, prépare ta gelée transparente comme je t'ai dit pour l'*aspic*.

Aussitôt que ta galantine sera froide, retire les ficelles, le linge, essuie-la bien, pare-la si c'est nécessaire glace-la avec la gelée blonde, place-la sur un plat d'entrée et décore-la comme il te conviendra. Tu peux déposer une rosace de gelée dessus, un peu de gelée hachée tout autour, ou des croûtons de gelée coupés au coupe-pâte que tu auras à ta disposition. Enfin tu peux décorer ta galantine comme un aspic avec des hâtelets garnis.

Toutes les volailles, toutes les pièces fortes de gibier peuvent se mettre en galantine, mais il faut toujours choisir des volatiles bien nourris. Quelquefois en ménage, tu pourras, en agissant de la même façon, préparer en galantine une épaule de veau ou une épaule d'agneau. Je n'ai pas à te dire que les truffes ne sont pas indispensables pour les galantines ordinaires, mais ce condiment devient nécessaire dans les pièces qui sont destinées à figurer aux dîners d'apparat.

Mayonnaise de volaille. — Les volailles rôties ou poêlées peuvent être servies froides, en salade, recouvertes de mayonnaise ou bien, comme je te l'ai dit, trempées dans la mayonnaise et servies avec la gelée d'un aspic. Afin de te rendre compte de cette dernière préparation qui consiste à recouvrir les filets de volaille dans la mayonnaise avant de

les mettre dans l'aspic, je vais donc t'indiquer comment on prépare les volailles en mayonnaise.

Découpe une volaille tendre que tu auras poêlée ou rôtie et obtiens autant de filets que tu pourras. Je ne t'indique pas la manière de le découper car bien souvent on met dans ces mayonnaises les restes des rôtis qui ne pourraient se servir sous d'autres formes. Mets ces morceaux de volaille dans un plat, garnis-les avec sel, poivre, persil, oignon, huile, vinaigre et laisse-les quelques heures dans cet assaisonnement. Au moment de servir, retire le persil et l'oignon, ajoute un peu de salade en égouttant bien le tout dans une serviette. Au milieu d'un plat non profond, tu dresses la salade en cône que tu recouvres des divers morceaux de volaille coupés en filets, tu décores la base avec des œufs durcis coupés en huit, mettant un petit morceau de cœur de laitue entre chaque morceau d'œuf, et tu masques la volaille avec une mayonnaise un peu consistante.

Pour être plus élégantes, ces préparations doivent être maintenues serrées, un peu élevées, très étroites.

Sur ces mayonnaises on peut tracer les dessins que l'on désire, soit par la coloration de la mayonnaise, de la gelée, ou par des cornichons que l'on peut couper de diverses façons. Les viandes destinées à ces préparations d'aspic et de mayonnaise peuvent être simplement sautées au beurre avec des truffes ou tous autres légumes.

Les légumes blanchis, sautés peuvent être servis en mayonnaise et dressés de diverses façons.

Chaufroix. — On donne le nom de *chaufroix* à diverses entrées que l'on prépare avec des sauces très succulentes et dans lesquelles on incorpore assez de gelée pour obtenir la consistance d'un aspic. Ces entrées, refroidies dans des moules, peuvent former des pièces magnifiques que l'on peut garnir avec des croûtons de gelée de diverses couleurs et jeter par leur transparence un vif éclat sur les dîners ou dans les buffets de bal. Il y aurait beaucoup à écrire sur cette belle partie du froid, mais je m'arrête car je crois t'avoir suffisamment enseigné les préparations froides qui peuvent t'être utiles dans ton ménage.

Beurre de Montpellier. — Toutes les viandes, tous les poissons préparés en aspic ou en mayonnaise peuvent être servis au beurre de Montpellier dont la couleur peut être variée et avec lequel on obtient de superbes plats froids; d'autant plus qu'on peut servir le beurre de Montpellier et la gelée dans la même pièce. Pour ces diverses préparations et surtout pour les plats de poissons, on peut aussi se servir du beurre de Montpellier aux écrevisses, variant à l'infini les couleurs et les préparations.

Les poissons peuvent être servis entiers, mais

ordinairement ils sont coupés en tronçons fort bien utilisés avec ces sauces froides dans les dîners maigres.

Pain de foies gras. — Prépare pour dix personnes cent cinquante grammes de panade ou farce à quenelles, ajoute soixante grammes de beurre, quatre-vingts grammes de lard râpé et pile le tout dans un mortier. Retire cet appareil que tu ajouteras à trois cents grammes de foies gras préalablement pilés. Mets le tout dans un mortier, ajoute deux jaunes d'œufs, douze grammes de sel fin, deux cuillerées de fines herbes revenues au beurre, une cuillerée de velouté, fais une farce bien homogène, passe cette farce au tamis que tu mettras dans un moule d'entrée à cylindre masqué avec de petites bandes de lard très minces. Tape le moule sur une serviette afin que la farce prenne bien toutes les formes, masque le dessus du moule avec du lard et fais cuire au bain-marie. Le bain-marie doit être déposé sur des cendres rouges sans arriver à l'ébullition, car la moindre ébullition ferait gonfler la farce et compromettrait le succès de la préparation. Après deux heures de cuisson, retire le moule pour le mettre dans un lieu frais. Lorsque le pain est refroidi, démoule-le en faisant chauffer légèrement les parois du moule, enlève les bardes de lard, glace avec la gelée blonde et sers-le sur un petit socle avec le décor qui te conviendra.

De la même manière on peut préparer ainsi les

pains de gibier, de volaille, mais comme les viandes sont moins succulentes que les foies gras, il convient d'ajouter cent grammes de beurre et deux cuillerées de velouté.

Terrine de foies gras. — Choisis des foies gras bien blancs, pèse-les et procure-toi trois cents grammes par kilogramme de porc frais, quatre cents grammes de lard frais, cent grammes de jambon et trois cents grammes de truffes noires épluchées. Pare tes foies, divise-les en sept ou huit morceaux, cloute-les avec des morceaux de truffe, dépose-les dans une terrine, ajoute deux grammes de fines épices par kilogramme de foies gras, autant de poivre, vingt grammes de sel et deux cuillerées de rhum. Hache, pile dans le mortier le porc, le lard, le jambon, les parures de foie, une truffe hachée, ajoute à la farce dix grammes de sel et le reste de macération des foies. Prends une terrine, fonce-la avec des bandes très fines de lard, dépose une couche de farce, pose par-dessus les morceaux de foies, quelques morceaux de truffes, couvre-les avec une autre couche de farce, range sur celle-ci d'autres morceaux de foies, de truffes, recouvre-les également de farce qui doit bien remplir la terrine jusqu'au bord et offrir même une surface très convexe; couvre avec quelques bardes de lard, pose le couvercle simplement dessus, et remplis ainsi toutes les terrines. Place-les à feu modéré, afin qu'elles cuisent fort doucement,

retire-les après trois heures de cuisson; quand elles sont à moitié refroidies, pose un poids sur l'appareil de chaque terrine ou presse légèrement et laisse entièrement refroidir. Ces terrines, qui peuvent être dressées sur un socle, doivent être servies le lendemain, mais si tu désires les conserver, il convient de les dépoter, d'enlever toutes les parties humides du fond, de remettre l'appareil dans la terrine et de remplir celle-ci de graisse d'oie ou de saindoux liquide. Lorsque l'appareil de la terrine est refroidi, recouvre-la d'un papier d'étain, ferme avec le couvercle autour duquel tu mettras une bande de papier gommé. Quelquefois même ces précautions sont insuffisantes pour conserver les terrines dans de bonnes conditions et le meilleur moyen, si l'on désire les conserver toute l'année, est de les dépoter dans des boîtes en fer-blanc pour les faire cuire au bain-marie, comme on fait pour les conserves.

Jambon glacé. — Choisis un jambon de bon goût, à chair rose, mets-le à dessaler dans l'eau fraîche pendant quinze ou dix-huit heures après l'avoir paré et enlevé le gros os du milieu (fémur). Si le jambon a passé l'hiver, tu le feras dessaler pendant vingt-quatre heures en changeant l'eau deux ou trois fois. Mets-le dans une serviette, fais-le cuire tout doucement pendant cinq heures dans une marmite avec l'eau ordinaire, cinq ou six carottes, autant d'oignons coupés en tranches, quatre ou

cinq clous de girofle, huit ou dix grammes de poivre en grains, trois ou quatre feuilles de laurier, une cuillerée à café de thym. Vers la fin de la cuisson, perce-le avec une lardoire, si elle sort facilement, retire-le du feu, sinon laisse mijoter pour finir la cuisson. Ainsi cuit, le jambon est retiré, mis à la presse dans un plat, avec un poids de cinq ou six kilogrammes, jusqu'à complet refroidissement. Déballe le jambon, pare-le tout autour, en dessous, en enlevant la couenne jusqu'au manche et la découpant en festons. Ce jambon peut être glacé à la gelée et servi avec des hatelets ou toute autre décoration que tu désires.

Il me reste beaucoup à dire sur la préparation des plats froids, sur les socles, etc., quoique je me sois peut être trop étendu déjà, j'ai pensé que cette partie aurait plus d'attrait pour une jeune fille qui peut, avec les pièces froides d'un dîner d'apparat ou d'un buffet de bal, donner des preuves de son bon goût.

Pâté de veau. — Épluche trois ou quatre truffes, coupe-les à filets avec deux cents grammes de noix de veau ou du filet mignon, cent grammes de lard que tu mouilleras dans un verre de madère. D'un autre côté, prépare une farce bien fine avec deux cent cinquante grammes de chair maigre de porc, deux cent cinquante grammes de veau, cent grammes de lard ; vingt grammes de sel, deux grammes de poivre, autant de fines épices et une cuillerée de rhum. Beurre un petit moule ovale à pâté froid, pose-le

sur une feuille de papier, fonce-le avec 400 grammes de *pâte brisée*. (Vois le quinzième entretien) environ appuyant bien celle-ci contre les parois du moule, afin qu'elle prenne exactement tous les contours et qu'elle conserve partout la même épaisseur. Masque le fond avec quelques petites plaques de lard, qui seront masquées à leur tour par un peu de farce sur laquelle tu déposeras la viande coupée à filets et tu continueras ces couches successives jusqu'à ce que le moule soit bien plein et forme une surface convexe sur laquelle tu mettras quelques petites plaques de lard. Mouille ensuite les bords de la pâte, dépose dessus une abaisse de pâte cent cinquante grammes environ, que tu souderas tout le tour en pressant avec les doigts. Pratique sur le milieu du couvert une petite ouverture circulaire dans laquelle tu mettras une carte roulée afin qu'elle ne puisse se fermer. Dore le pâté au pinceau avec un jaune d'œuf et fais cuire au four bien chaud, attentivement surveillé. Lorsque le pâté est saisi, de belle couleur dorée, il faut le couvrir d'un papier et le faire cuire à feu doux. Déballe le pâté après cuisson, laisse-le refroidir en raclant les parties noires de dessous.

Ce pâté peut être servi entier ou coupé en tranches avec des croûtons de gelée.

En remplaçant le veau par du gibier désossé ou des foies gras, on prépare ainsi les divers pâtés de gibier ou de foies gras si justement appréciés dans les soirées.

Tu peux aussi remplacer les viandes par du poisson ferme tels que le thon, le saumon, etc ; et te procurer ainsi, un plat précieux pour les dîners maigres. La farce dans ce cas est faite avec du poisson, mêlée avec 20 0/0 de lard râpé.

Si tu désires te récréer quelquefois à la décoration des pièces froides à l'aide du cornet ou bien par la diversité des couleurs, de la gelée, de la mayonnaise, du beurre de Montpellier, n'oublie pas que l'on se distingue surtout par la simplicité. Que tes dessins soient corrects, évite la confusion et n'emploie pas plus de deux couleurs pour le même plat.

TREIZIÈME ENTRETIEN

Des rôtis.

J'ai toujours redouté la volaille perfide
Qui brave les efforts d'une dent intrépide.
BERCHOUX.

Je ne veux pas méconnaître l'utilité des soins qui doivent être apportés à la cuisson des rôtis, mais je n'exalte pas autant que Brillat-Savarin la valeur du rôtisseur, qui doit toujours faire le choix d'un rôti tendre. Par la pratique, un cuisinier peut reconnaître les viandes tendres de celles qui ne le sont pas et, par certains moyens tels que la mortification, il peut, non seulement attendrir les rôts de volaille et de gibier, mais il peut aussi faire développer chez ces derniers un fumet délicat. Les rôtis en général méritent d'être mortifiés dans une certaine limite; mais garde-toi bien de dépasser la limite raisonnable; car la viande trop mortifiée, est mauvaise au goût, et peut être préjudiciable à la santé; l'hygiène la proscrit sévèrement de l'alimentation.

Dans les dîners gras d'apparat tu ne dois servir que les rôtis de volaille ou de gibier, dans les rôtis de dîners maigres, tu devras choisir pour faire

griller ou frire les poissons les plus délicats tels que la sole, la limande, le merlan, le rouget, comme poissons de mer; la truite, le brochet, le saumon comme poissons d'eau douce. On peut aussi servir à la rigueur comme rôti maigre les langoustes, les homards froids avec une mayonnaise. Les rôtis de boucherie ne sont servis que dans les dîners ordinaires.

Les rôtis de volaille et de gibier peuvent être piqués ou bardés avec du lard, mais je ne t'engage pas à les piquer; par cette préparation, ils perdent considérablement de leur succulence.

Les rôtis peuvent être servis entiers ou découpés. Selon leur nature, ils sont servis sur des croûtes comme les grives, les bécasses et tout le gibier en général qu'on ne vide pas, ou avec du cresson, des citrons, de la salade de céleri, de chicorée, de laitue, de romaine ou de légumes frais tels que les petits haricots verts entiers ou coupés en petits morceaux avec des pommes de terre, des asperges, des betteraves, des cœurs d'artichauts coupés en petits dés que l'on assaisonne avec de l'huile, du sel, du poivre, du vinaigre que l'on lie quelquefois avec un peu de mayonnaise après les avoir fait blanchir.

Lorsque les rôtis sont servis sans garniture, leur jus, qui doit être toujours très clair, peut être mis dans le même plat, mais si tes rôtis sont servis avec une garniture, tu devras mettre le jus dans une saucière.

Dans les buffets de bal on sert quelquefois des

rôtis froids de volaille et de gibier, tandis que dans les dîners proprement dits, les rôtis sont toujours servis chauds.

Des rôtis de viande.

Les volailles que l'on peut servir comme rôtis sont : la poularde, le chapon, les poulets à la reine, le dindonneau, la dinde, la pintade, les canetons, les oies tendres et les pigeons.

Tous les soins doivent être apportés à la cuisson des rôtis qui peuvent être préparés au four ou à la broche, mais autant que tu le pourras, tu dois donner la préférence à la broche. La poularde est le meilleur des rôtis de volaille, sa chair est plus fine que celle du chapon, et, par conséquent, elle demande moins de cuisson. Après avoir bien flambé, nettoyé, troussé et bridé une volaille destinée à la broche, barde-la avec deux plaques ciselées (1) de lard bien frais, bien blanc d'un demi-centimètre d'épaisseur, enveloppe-la d'une feuille de papier beurré et couche-la en broche. Après l'avoir ficelée, expose ta volaille à un feu doux, dix minutes avant la fin de la cuisson, retire le papier, sale-la et expose-la

(1) Les bardes doivent être assez longues pour couvrir les deux ailerons et fendues dans le sens de la longueur vers le milieu afin de mieux couvrir la poitrine et éviter le retrait des viandes par la cuisson.

devant un feu un peu plus vif afin de la faire dorer et rissoler légèrement les bardes.

La durée de cuisson varie selon la grosseur et la tendreté de la poularde entre une heure et une heure et demie. Tu comprends que l'expérience et la pratique sont les seuls guides. On reconnaît qu'une volaille est assez cuite à cette légère fumée blanche qui s'évapore doucement et au jus limpide qui sort des piqûres que l'on peut faire avec une aiguille à brider.

Les chapons, les poulets, les dindonneaux et, en général, toutes les viandes blanches, telles que les perdreaux, la caille parmi les rôtis de gibier; l'agneau, le veau, le porc, parmi les viandes de boucherie, sont cuites à un feu très doux, tandis que les viandes rouges doivent être saisies par un feu vif, surtout les viandes de boucherie, dont la peau ne risque pas de se crisper, ce qu'il faut toujours éviter.

Lorsque tu auras un rôti de viande rouge à préparer, telle que le bœuf, le mouton, la pintade, le pigeon, le canard, l'oie, le levraut, tu devras l'exposer devant un feu vif, diminuer progressivement le feu, arroser ton rôt avec le suc de cuisson tombé dans la lèchefrite dans laquelle tu auras versé préalablement une demi-cuillerée de bouillon afin d'éviter la perte du jus. Les rôtis ne doivent pas être cuits trop vite, mais il ne faut pas non plus les faire languir sur broche.

La durée de cuisson des rôtis au four peut être évaluée à la moitié de celle qui est nécessaire pour les rôtis à la broche.

On doit appliquer une feuille de vigne sous les bardes destinées aux cailles, aux pigeons. Les lapereaux et les levrauts peuvent être piqués, mais je les préfère simplement bardés.

Les bécasses, les bécassines, les bécasseaux, les grives, les mauviettes, les becfigues, les ortolans ne doivent pas être vidés; tu feras une légère incision du côté gauche des reins pour en retirer le gésier avec la pointe d'une aiguille à brider, et tu les trousseras comme les autres pièces en faisant entrer le bec dans l'ouverture du bréchet. Ce gibier est servi sur des rôties de mie de pain beurrées et grillées. Aussitôt que le jus de cuisson commence à couler du rôti, places le pain afin qu'il puisse absorber toute l'essence du gibier.

Les ortolans, les becfigues, et tous les oiseaux à becs fins doivent être recouverts d'une bande de lard très mince, embrochés sur des hâtelets; leur cuisson, qui doit avoir lieu devant un feu clair, demande huit à dix minutes.

Les autres gibiers tels que les faisans, les coqs de bruyère, les perdreaux, les pluviers sont vidés, mais on conserve le foie qui est roussi dans un peu de beurre, broyé dans le mortier avec sel, poivre, vinaigre, muscade et une cuillerée de sauce espagnole réduite. Cette sauce sert à manger les rôtis de gibiers à l'exception des perdreaux, et des bartavelles; l'usage en est fort répandu pour la préparation des rôtis de lapereaux et de levrauts.

Des rôtis de poisson

Les rôtis de poissons ne demandent pas moins de soins que les rôtis gras, la cuisson et la couleur de ces rôts demandent tous les soins du cuisinier. Ces rôtis ne peuvent figurer que dans les dîners maigres.

Les poissons doivent baigner entièrement dans la friture qui, surtout pour les rôtis délicats, doit être fraîche.

Les poissons aqueux comme les barbues, les carrelets doivent être nettoyés, écaillés, séchés, farinés saisis dans une friture très vive et remués avec l'écumoire pour les empêcher de descendre au fond de la poêle où ils pourraient s'attacher. Aussitôt que les poissons dorés remontent à la surface de la friture, on doit retirer la poêle et terminer la cuisson à feu doux.

Les poissons dont la chair est très ferme doivent être plongés dans une friture moins vive, surtout lorsqu'ils sont gros, car les parties externes seraient brûlées avant que la viande du centre ne fût cuite. Il faut que la friture chauffe graduellement avec le poisson dedans et aussitôt qu'il remonte sur la friture le bien sécher pour le tenir bien chaud.

Ces rôtis peuvent être servis sur des serviettes avec des feuilles de persil frites et déposées tout autour.

QUATORZIEME ENTRETIEN

Des entremets de légumes.

Les légumes verts ont la propriété de rendre le sang plus léger et de le rafraîchir.

CRUVEILHIER.

Comme je te l'ai dit dans le glossaire, le cuisinier comprend sous la dénomination de légumes toutes les productions végétales que l'art culinaire a pu utiliser. Dans cette classification, on comprend même les œufs et les farinages, tels que macaroni, nouilles, etc., etc.

La ménagère doit surveiller attentivement l'entremets destiné à faire renaître l'appétit des convives et il est fort regrettable de voir souvent sacrifier ce mets, qui peut modifier l'opinion des convives sur le dîner qu'ils viennent de prendre. Dans les dîners ordinaires, on peut mettre n'importe quel légume, mais dans les dîners classiques, ce plat ne peut être supprimé; il doit être choisi dans les primeurs. Heureusement aujourd'hui, grâce à la méthode Appert on peut servir tous les légumes en toute saison, cependant tu dois avoir recours autant que possible aux légumes frais qui sont presque toujours préférables aux légumes conservés. Les légumes peuvent être servis avant le rôti, mais le plus souvent, ils ne sont servis qu'après.

Cet entretien serait bien long si j'avais à te décrire toutes les diverses préparations que l'on peut faire avec les légumes, les œufs et les farinages; l'importance de ces apprêts est si grande, que dans certaines maisons bien tenues, à l'époque du premier empire, il existait un *entremetier* à qui l'on confiait seulement la préparation du potage et de l'entremets, c'est-à-dire la préface et l'épilogue des dîners, mais je me restreindrai le plus possible; je me contenterai de te donner les notions indispensables pour que tu puisses préparer toi-même les mets qui te seront nécessaires.

Légumes secs

Les légumes secs, en général, doivent être trempés dans l'eau ordinaire dès la veille, afin de ramollir la peau qui, quelquefois, est un obstacle à la prompte cuisson. Lorsqu'on veut préparer des pois chiches, il convient de les faire tremper dans une eau rendue légèrement alcaline par l'addition d'un demi pour cent de bicarbonate de soude, ou bien dans l'eau qui a servi à blanchir des épinards.

Pour faire cuire des légumes secs dont la quantité peut être évaluée de soixante-quinze à quatre-vingts grammes par personne, il faut environ quatre fois leur volume d'eau. Ajoute : 1 0/0 de sel, un bouquet assaisonné, mets tes légumes à l'eau

froide et porte celle-ci à l'ébullition. La durée de cuisson varie selon la qualité des légumes; elle peut être évaluée selon les légumes à deux ou trois heures. Les lentilles peuvent être mises à l'eau chaude; une heure de cuisson habituellement leur suffit.

Dans certains ménages, l'eau des légumes cuits sert à tremper la soupe, mais je ne t'engage pas à utiliser celle des haricots qui est indigeste.

Les légumes secs cuits et bien égouttés peuvent être servis en salade, à la maître d'hôtel, sautés au beurre ou mis en purée. Ils peuvent être servis aussi entiers ou en purée avec une viande quelconque comme entrée, ou préparés comme entremets sous forme de purée délayée ou avec du beurre et un jus de citron, avec un bon jus sur des croûtons roussis au beurre. Tous les légumes secs, haricots, fèves, pois secs,pois chiches, lentilles, pommes de terre, peuvent subir cette préparation; qui ne peut être servie dans un dîner d'apparat.

Pommes de terre. — Les pommes de terre peuvent être préparées comme les autres légumes, en salade, en sauce blanche, à la maître d'hôtel, sautées, en purée. Ce légume sert aussi à préparer des croquettes pour garniture; il n'est que très rarement destiné aux entremets,

Croquettes aux pommes de terre. — Prends cinq cents grammes de pommes de terre pour huit

convives, épluche-les, coupe-les à morceaux, jette-les dans l'eau froide. Après les avoir lavées, change-les dans une autre casserole d'eau salée à 1 0/0, fais-les cuire à grand feu, à casserole ouverte en écumant à mesure; lorsque les pommes de terre céderont facilement sous le doigt, jette-les dans une passoire pour les égoutter, remets-les dans la casserole, tiens-les bien chaudes cinq ou six minutes, ajoute environ une cuillerée de beurre, remue le tout bien vivement avec une fourchette afin d'obtenir une purée que tu pourras passer au tamis. Evite le refroidissement qui t'empêcherait de les tamiser. Après avoir passé la purée, dispose ta casserole sur l'angle d'un fourneau, incorpore une cuillerée de beurre, deux jaunes d'œuf crus l'un après l'autre afin d'obtenir une pâte lisse, moelleuse, se détachant facilement du doigt; couvre-la et laisse-la refroidir. Avec la lame d'un couteau forme des bouchons, des boules ou des poires avec la purée froide, pane-les à l'anglaise, plonge-les dans une friture chaude, mais non bouillante, qui puisse, en saisissant les croquettes, les bien dorer sans les creuser.

Pommes de terre frites. — Coupe des pommes de terre de deux millimètres d'épaisseur après les avoir épluchées, jette-les dans de l'eau froide pour les empêcher de noircir. Retire-les de l'eau, éponge-les bien, jette-les dans une friture d'huile chaude mais non bouillante, remue-les avec l'écumoire afin

qu'elles ne s'attrapent pas au fond de la poêle ; au bout de quelques instants quand elles seront dorées et croustillantes, retire-les, fais-les égoutter pour les faire sauter ensuite avec un peu de beurre fondu et un peu de sel.

Pommes de terre soufflées. — Après avoir coupé les pommes de terre comme je te l'explique plus haut, plonge-les dans une grande friture tiède afin de les attendrir sans les colorer ; retire-les avec la passoire pour les refroidir. Quelques minutes avant de les servir, plonge-les dans une friture bouillante et neuve, remue-les avec l'écumoire jusqu'à ce qu'elles soient bombées des deux côtés, creuses dans le milieu. Aussitôt qu'elles seront bien dorées retire-les, égoutte-les, sale-les et dresse-les sur une serviette. Les pommes de terre de forme allongée sont celles qui conviennent le mieux. Ainsi préparées, ces pommes sont servies avec des viandes rôties.

Légumes frais

Les légumes frais tels qu'artichauts, asperges, cardons, chicorée, carottes, choux, épinards, fèves, haricots verts, salsifis, pointes de houblon, navets.

après avoir été préparés (1), lavés à l'eau froide et égouttés, doivent être cuits dans de l'eau bouillante salée à 1 0/0, additionnée d'un bouquet assaisonné. Aussitôt que le légume frais cédera facilement sous la pression du doigt, retire-le pour l'égoutter sur une passoire. Les artichauts, les asperges, les haricots verts, peuvent être servis comme entremets de plusieurs façons : en salade, à la maître d'hôtel, sautés au beurre, avec une sauce allemande et quelquefois même avec une sauce hollandaise. On peut servir les légumes sautés, entiers ou coupés à gros dés et mêlés entre eux, avec une béchamel réduite sous le nom de *macédoine de légumes*. Quelquefois ces divers légumes sont dressés symétriquement sans sauce dans un vase ou un entonnoir en verre en variant les couleurs pour les manger en salade sous le nom très usité, mais inexact, de *salade russe*; car outre ces légumes, la salade russe comprend des câpres, des filets d'anchois coupés, bien

(1) Avant de cuire un légume, il faut le préparer. Si les asperges sont d'inégale grosseur, il convient de mettre les grosses dans un paquet, les moyennes dans un autre, les plus petites dans un troisième afin de les faire cuire également. Les premières sont plongées dans l'eau bouillante, les moyennes trois minutes après environ, ainsi de suite. De la chicorée, des épinards, de l'oseille, il faut enlever toutes les parties sèches. Des haricots verts, on casse l'extrémité à chaque bout pour en extraire les parties filandreuses qui doivent être enlevées dans les cardes aussi, au moyen d'un couteau. Les salsifis, les carottes, les navets sont ratissés; on enlève les parties vertes du chou avant de le faire cuire, et la queue des artichauts est enlevée avec les petites feuilles vertes de la base, etc.

égouttés et liés avec une sauce mayonnaise. A tous ces légumes on peut ajouter des morceaux de betteraves tournés avec un couteau à légumes.

La quantité de légumes frais nécessaire peut être évaluée à cent vingt-cinq grammes par personne, mais cette quantité peut être portée au double pour les pois verts que l'on achète non égoussés. Il est plus prudent même de mesurer ce légume quand il est égoussé et de mettre un litre environ pour huit ou dix personnes.

Petits pois. — Les petits pois, à moins qu'ils ne soient trop gros, par conséquent de mauvaise qualité, ne se font pas blanchir. Ce légume est cuit bien serré, à petit feu, avec une cuillerée de beurre, autant de bouillon, dix grammes de sel par demi-litre de pois et liés avec un jaune d'œuf.

Petits pois à la française. — Cette préparation fournit un bon entremets. Mets dans une petite casserole deux cuillerées de beurre, autant de bouillon, quatre grammes de sel, une laitue coupée en quatre morceaux liés avec un brin de persil et un oignon nouveau, quinze grammes de sucre par demi-litre de petits pois bien tendres; fais cuire à feu doux en les faisant sauter de temps en temps. Aussitôt que les pois sont cuits, retire le bouquet et lie la sauce avec deux jaunes d'œuf.

Petits pois au jambon.— Les petits pois peuvent

être servis comme entremets avec du jambon. Fais revenir, sans faire roussir, un oignon haché avec une cuillerée de beurre, un brin de persil haché, deux cents grammes de jambon, moitié gras, moitié maigre ; ajoute un demi-litre de petits pois égoussés, fais-les partir à grand feu ; retire-les sur l'angle du fourneau pour finir de les cuire ; ajoute, si tu en as, deux cuillerées de velouté ; assaisonne ton ragoût et sers-le chaud. Je ne te dis pas la quantité de sel, qui peut varier selon le degré de salaison du jambon que tu as mis. Il est quelquefois prudent de faire blanchir le jambon pour le dessaler avant en d'en faire usage.

Les asperges, les pointes de houblon, les cœurs d'artichauts, après leur cuisson à l'eau bouillante, assaisonnée, sont servis quelquefois sautés dans le beurre. Ces divers légumes peuvent être servis avec une sauce veloutée ou coupés à petits dés pour être mis dans une omelette.

Aubergines frites. — Les aubergines peuvent être coupées en quatre tranches dans le sens de la longueur après les avoir pelées, pour les servir frites dans la poêle. Avant de les plonger dans la friture, on doit saler les tranches des deux côtés un quart d'heure d'avance, les égoutter et les bien sécher avec un linge. Certaines personnes les farinent ou les passent dans des œufs battus avant de les mettre à la friture. Ce légume doit être cuit à grande friture et par petite quantité à la fois.

Aubergines au gratin. — Les aubergines au gratin fournissent, quand elles sont nouvelles, un bon entremets. Coupe trois aubergines en deux dans le sens de la longueur et enlève la chair de l'intérieur sans endommager la peau qui doit être de demi-centimètre environ; hache cette chair, exprimes-en l'humidité, ajoute un oignon haché, fais revenir le tout dans le beurre en ajoutant un hachis de champignons, de truffes; certains mettent du blanc de volaille, d'autres préfèrent ajouter des filets d'anchois et bon nombre de ménagères mettent une poignée de mie de pain avec un peu de persil haché et elles mouillent avec une cuillerée de jus, de bouillon ou de sauce allemande. Après avoir assaisonné cette farce, on la met dans des aubergines préalablement salées, retournées dessus-dessous pour les égoutter, épongées, et revenues quelques minutes dans une poêle avec de l'huile ou du beurre. Mets alors tes aubergines dans un plat beurré; fais cuire au four pendant une demi-heure, à feu modéré, en les arrosant avec le fonds de cuisson. Tu comprends fort bien, mon enfant, que cette préparation peut être modifiée, comme bien d'autres, selon le désir de l'amphitryon, qui doit chercher surtout à satisfaire le goût de ses convives.

Les morilles, les champignons frais, après avoir été lavés dans l'eau acidulée pendant vingt minutes, et les tomates, peuvent être farcis de la même façon.

Les cèpes conservés dans les boîtes, sont

ordinairement revenus à la poêle, dans le beurre pendant dix minutes; après les avoir épicés, avec trois ou quatre grammes de sel, une pincée de poivre, ajoute un peu de chapelure, un peu de persil haché et termine avec un jus de citron.

Oignons farcis. — Choisis un oignon pour chaque personne et autant que possible d'égale grosseur; épluche-les et vide en partie les chairs intérieures. Certaines personnes, pour les avoir plus doux, font blanchir les oignons avant de les vider. Remplis-le vide avec une farce de viande ou une farce aux fines herbes ; mets-les dans un sautoir beurré, les uns à côté des autres, mouille aux trois quarts avec du bouillon que tu porteras à l'ébullition. Retire ensuite la casserolle pour faire cuire les oignons à feu doux après les avoir couverts. Lorsque la réduction est faite, les oignons sont cuits; il ne reste qu'à lier la sauce que l'on verse sur les oignons dressés dans un plat.

Les pommes de terre et les aubergines peuvent être préparées de la même façon, mais ne sont pas servies comme entremets dans les diners convenables.

Salsifis et scorsonères. — Les salsifis, comme tu sais, ont la peau jaune et la scorsonère, la peau noire. Ces deux légumes subissent les mêmes préparations. Pour les faire blanchir, on ajoute un demi-verre de vinaigre pour deux litres d'eau. Aussitôt cuits, éponge-les pour les maintenir

chaudement dans deux cuillerées de beurre. Ces légumes, coupés en morceaux de quatre ou cinq centimètres de long peuvent être servis en salade avec une sauce espagnole, une béchamel, une hollandaise. Comme les autres légumes, le salsifis blanchi peut servir de garniture aux entrées chaudes.

Après les avoir fait cuire et fait égoutter, on les fait sauter dans une terrine avec sel, poivre, huile, vinaigre. Une heure après, essuie-les, trempe-les un à un dans une pâte à frire, plonge-les dans une friture bien chaude afin que la pâte soit croustillante et dresse-les en pyramide sur une serviette pliée.

Navets. — Les navets, inférieurs aux salsifis, peuvent être servis de la même façon.

Cardons. — Les cardons doivent être choisis aussi blancs que possible, coupés en morceaux de trois ou quatre centimètres de long, parés des deux côtés, afin d'enlever les parties filandreuses. Ce légume doit être cuit à grande eau bouillante, salée et acidulée comme les salsifis, dans laquelle on ajoute un morceau de pain pour enlever l'amertume. Au bout d'un quart d'heure d'ébullition, retire un morceau, jette-le dans l'eau froide. Si en le frottant dans les doïgts, la pellicule se détache facilement, retire ton cardon qui est assez cuit pour le plonger dans l'eau froide. Après deux heures de séjour dans cette eau, enlève bien toutes les parties filandreuses du cardon et fais-le revenir dans le

beurre. Le cardon peut être servi au jus réduit à demi-glace, ou avec une béchamel, quelquefois même il est mis au gratin. Pour préparer ainsi le cardon après l'avoir fait blanchir, incorpore une cuillerée de fromage râpé par personne, autant de beurre, lie-les avec une sauce espagnole ou une sauce allemande et mets à gratiner un quart d'heure avant de le servir.

Poirée. — Après avoir enlevé les parties vertes de la poirée que l'on prépare comme la chicorée, on peut préparer la côte midiane des feuilles de la même manière que les cardons. Il peut aussi se servir en salade.

Céleri. — Le céleri, quoique inférieur au carde, peut subir les mêmes apprêts. Il peut aussi se servir crû en salade.

Chicorée. — Nettoie, lave et fais blanchir autant de poignées de feuilles de chicorée dans l'eau salée que tu auras de personnes à servir. Egoutte-la dans une passoire, exprimes-en toute l'eau pour la hacher, passe-la au tamis. Fais fondre dix grammes de beurre par personne dans une casserole, ajoute la chicorée pour la faire revenir à feu vif, fais évaporer l'humidité, mouille avec une cuillerée de jus et fais réduire. Si tu désires la servir à la crème au lieu de mettre du jus, mouille avec une cuillerée de béchamel par personne, fais réduire et sers avec des petits croûtons frits au beurre.

Epinards, oseille. — Les épinards et l'oseille se préparent de la même façon. Ces divers légumes peuvent être servis en entremets avec des œufs pochés; mais l'oseille et la chicorée sont quelquefois préparées comme garniture d'entrée de boucherie.

Macaroni au gratin. — Dans un litre d'eau salée à 1 0/0, coupe en moyens morceaux cent grammes de macaroni pour quatre personnes, fais-le bien cuire, égoutte-le s'il reste un peu d'eau. Remets-le dans la casserole, incorpore en le remuant cinquante grammes de beurre, autant de fromage râpé et dresse le tout dans un plat à gratin; lisses-en la surface, arrose avec un peu de beurre fondu, saupoudre avec la chapelure, mets à gratiner pour servir bien chaud. Si tu désires le servir plus moelleux, il faut, avant de le mettre au gratin, le lier avec une béchamel assez consistante. Les macaronis, les nouilles peuvent, après cuisson à l'eau salée, servir de garniture aux ragoûts de ménage, comme les autres légumes.

Truffes. — Les truffes sont plutôt considérées comme condiments que comme légumes. Leur prix d'abord ne permet pas toujours de les aborder facilement; néanmoins, comme dans certains pays les truffes sont abondantes et qu'elles fournissent à la cuisine un des entremets les plus recherchés, je vais t'indiquer comment on peut les servir en entremets.

Après avoir lavé, brossé, bien nettoyé un 1/2 kilog.

de truffes noires, pèle-les et coupe-les à gros dés pour les faire revenir dans une casserole avec deux cuillerées de beurre ou de jambon gros haché, un bouquet assaisonné, une pincée de poivre blond, de fines épices, de thym, de basilic, une feuille de laurier, deux clous de girofle et trois grammes de sel. Lorsque le tout est bien roussi, mouille avec une grande cuillère de jus et autant de bon vin blanc, fais mijoter à feu doux pendant deux heures environ. Aussitôt que les truffes sont cuites, retire-les et marque-les avec le jus de cuisson tamisé.

Les truffes crues, après les avoir bien nettoyées, épluchées, peuvent être coupées à tranches ou à gros dés et servies en salade, avec d'autres légumes, cœurs d'artichauts, de céleri, etc.

Après avoir parlé des entremets de légumes proprement dits, je dois t'entretenir des entremets d'œufs, si nombreux, que certains traités ont été publiés exclusivement sur les diverses préparations des œufs. Je vais t'indiquer les principales préparations et, allant du simple au composé, tu pourras ainsi étendre tes connaissances.

Les œufs frais fournissent une excellente nourriture, malheureusement il n'est pas toujours facile de se rendre compte de la fraîcheur de cet aliment. Les œufs doivent être choisis avec la coque très blanche, fine, lisse, et, présenté à la lumière, l'intérieur de l'œuf doit être uni, n'offrir aucune tache; mais la meilleure garantie se trouve dans le choix d'un marchand de confiance.

Œufs à la coque. — Choisis deux œufs bien frais par personne, mets-les dans un plat et couvre-les d'eau bouillante. Après cinq minutes les œufs sont à point. On peut aussi, la montre à la main, les laisser pendant trois minutes à l'eau bouillante. Fais-les égoutter et sers-les dans un plat couvert d'une serviette.

Œufs au miroir. — Dans un plat bien beurré, légèrement chauffé, casse deux œufs pour chaque personne, sale-les légèrement, et aussitôt que le blanc de l'œuf se coagule, retire-les.

Œufs pochés. — Porte à l'ébullition une casserole d'eau salée à 1 0/0 contenant deux cuillerées de vinaigre par litre, casse tes œufs l'un après l'autre dans l'eau bouillante évitant de les faire tomber de haut. Aussitôt qu'ils seront complètement blancs, retire-les avec une grande cuillère, pare-les, égoutte-les sur un linge afin de les servir au jus, à la béchamel, sur de l'oseille, des épinards ou de la chicorée. Certaines personnes les mettent aussi dans les potages.

Œufs brouillés. — Bats douze œufs pour six personnes dans une casserole, avec six grammes de sel, soixante grammes de beurre, deux pincées de poivre, pose-la sur un feu modéré et fouette doucement l'appareil avec un petit fouet à blancs d'œuf.

Aussitôt qu'ils commenceront de se lier, retire la casserole sur le fourneau, continue à fouetter jusqu'à ce que les œufs forment une espèce de crème légère et bien liée. Ces œufs, dans lesquels on peut mettre du jus de viande ou de volaille bien réduit, des truffes hachées, du jambon, du fromage râpé, des pointes d'asperges, des tomates, sont servis avec des croûtons frits au beurre.

Œufs en omelette. — Tout le monde, ma chère enfant, fait des omelettes, mais elles sont souvent si mauvaises qu'il est préférable de ne pas les faire. D'abord, comme dit Brillat-Savarin avec raison, une omelette ne doit jamais être préparée avec plus de douze œufs ; dans le cas où le nombre de tes convives serait plus de six ou sept, il est préférable d'en faire deux.

Dans une terrine casse deux œufs par personne, bats-les bien avec une fourchette et un assaisonnement convenable de sel, poivre, muscade râpée, si tu veux. Dans une poêle que tu auras bien essuyée après l'avoir légèrement chauffée, fait fondre environ dix grammes de bon beurre par œuf et aussitôt qu'il sera chaud, verse tes œufs et remue légèrement avec une fourchette. Lorsque les œufs commenceront à prendre, remue rapidement la poêle pour réunir les œufs d'un seul coup, fais sauter l'omelette pour en retourner un tiers seulement, retire la poêle du feu; avec la fourchette

ferme-la entièrement, achève de la dorer en remettant la poêle sur le fourneau et dresse-la toute moelleuse sur un plat.

Les omelettes peuvent être préparées à l'huile, au beurre ou à la graisse; mais je donne la préférence au beurre.

Après avoir fait roussir dans le beurre, des pointes d'asperges, des oignons, des fines herbes, de l'oseille, des truffes, des champignons, des rognons, du thon, des écrevisses, etc., on peut les mettre, dans les omelettes. Le fromage râpé est ajouté quelquefois dans les œufs battus.

Œufs farcis. — Fais durcir la quantité qui te sera nécessaire. Après les avoir fait refroidir, enlève la coque ouvre les œufs en deux dans le sens de la longueur, retire les jaunes, fais un salpicon lié avec une béchamel très consistante; remplis le vide des œufs, donne-leur la forme d'un œuf entier, roule-les dans la mie de pain, trempe-les dans des œufs battus, pane-les, plonge-les dans une bonne friture et retire-les pour les dresser droits sur une serviette, le rond en dessous.

Le salpicon peut être préparé de diverses façons, avec des truffes, des champignons au gras, au maigre, ce qui permet de varier beaucoup ce genre de préparations.

Les œufs durcis sont quelquefois coupés en tranches et servis avec une béchamel.

Je pourrais m'étendre largement sur ce chapitre, mais je crois qu'il convient de terminer nos entretiens sur la cuisine proprement dite, en réservant les autres préparations d'œufs telles que les omelettes soufflées, les omelettes aux confitures, etc., pour un prochain entretien dans lequel je te parlerai de quelques entremets de douceur, froids, chauds et de quelques préparations de pâtisserie.

QUINZIÈME ENTRETIEN

Des divers entremets de douceur.

Je vais, dans une ardeur poétique et divine,
Mettre au rang des beaux-arts, celui de la cuisine.
(BERCHOUX.)

Les mets, qui font l'objet de cet entretien sont excessivement variés; ils précèdent le dessert. Une très grande attention doit être apportée à la préparation de ces plats qui doivent toujours être en rapport avec l'importance du dîner. Destinés à terminer le service culinaire, ces mets, dans un dîner luxueux, doivent être élégamment servis, pour laisser une bonne impression sur les invités et reposer agréablement leur estomac, des mets succulents qui les ont précédés.

Dans cet entretien, je te parlerai de quelques entremets de douceur chauds et froids que l'on peut encore considérer comme préparations culinaires, telles que les crèmes, les beignets, etc.; de quelques gâteaux de pâtisserie que tu devras toujours confier à un homme de l'art dans les dîners d'apparat, et enfin, des préparations de l'office. Comme tu le vois, ma chère enfant, si je voulais traiter ce genre dans toute son étendue, il me faudrait écrire de longues pages et avoir recours aux connaissances variées de plusieurs spécialistes.

Tel n'est pas mon but heureusement, et je me contenterai de te donner un aperçu de quelques préparations pour te servir de guide dans cette voie qui, sous divers rapports, telle que l'insuffisance de l'outillage, a ses difficultés.

Omelette au sucre. — Après avoir battu tes œufs, ajoute un peu de sucre, verse le tout dans la poêle préparée comme pour l'omelette ordinaire, remue constamment avec la fourchette, afin de ne pas la faire trop colorer, car le sucre donne bien vite de la couleur. En préparant ces omelettes au sucre, on peut ajouter une cuillerée de rhum, ou de kirsch, etc., et les dresser dans des plats comme des omelettes ordinaires. On les saupoudre ensuite avec du sucre, on verse dessus un demi-verre du liquide que l'on a choisi, auquel on met le feu au moment de servir.

Omelette soufflée à la vanille. — On dépose dans une terrine cinq ou six jaunes d'œufs pour cinq personnes ; si tu comptes huit à dix personnes, il vaut mieux, autant que possible, servir en double ; ajoute 100 grammes de sucre fin vanillé, travaille l'appareil avec une cuillère de bois jusqu'à ce qu'il soit léger, mousseux, blanc, auquel tu ajouteras les blancs fouettés, très fermes. Quand le mélange est intime, verse l'appareil dans un plat à gratin bien propre, bien chauffé avec 100 grammes de beurre, pousse ton plat dans le four modéré,

mais suffisamment chaud; aussitôt que la cuisson est faite, sept ou huit minutes après que l'omelette commence à brunir, retire-la, et sers-la brûlante après l'avoir saupoudrée d'un peu de sucre tamisé. L'omelette soufflée peut aussi être préparée à la poêle. A défaut de fourneau, on peut se servir du four de campagne. Inutile de te dire que le parfum peut être changé (1).

Pour manger une omelette dans toute sa perfection, l'euchulophile doit savoir attendre.

Omelette à la confiture. — Après avoir préparé ton omelette au sucre, mais avant de la rouler, ajoute cinq ou six cuillerées de gelée que tu masqueras en roulant l'omelette, qui peut être glacée. Pour cela, saupoudre de sucre ton omelette, et avec un attelet rougi au feu, tu peux tracer le dessin que tu désires.

Je ne crois pas devoir m'étendre davantage sur les préparations d'œufs qui varient à l'infini, mais je ne peux passer sous silences l'entremets classique du ménage, connu sous le nom de *crême*, qui permet souvent à la maman de gouverner bien mieux ses bambins qu'avec les punitions.

---

(1) Pour donner l'arome du citron, de l'orange, à l'omelette, il n'y a qu'à frotter les zestes du fruit avec les morceaux de sucre destinée à sucrer l'omelette; si tu la désires au rhum, au marasquin, ou au kirsch, ajoute une cuillerée de ces parfums dans les jaunes montés, et travaille un peu plus l'appareil pour le rendre très ferme.

Crème à la vanille. — Fais bouillir un litre de lait, 100 grammes de sucre pour sept ou huit personnes, et une gousse de vanille. Après cinq ou six minutes d'ébullition, retire ton lait sur un feu doux, et lorsqu'il sera attiédi, verse-le peu à peu sur quatre œufs, jaune et blanc. Remue constamment la crème sur feu doux, afin qu'elle se lie sans grumeaux; aussitôt qu'elle commencera à s'épaissir, passe-la à l'étamine. La crème est habituellement servie froide.

Il est évident que les parfums peuvent être variés: si tu désires faire ta crème au café, tu devras faire infuser à chaud dans le lait 200 grammes de café torrifié; si c'est au chocolat, fais fondre à la bouche du four 100 grammes de chocolat que tu délaieras dans le lait avant de le verser sur les jaunes.

Si tu désires tes crèmes plus fines, mets six jaunes d'œufs sans blanc.

Crèmes glacées. — Toutes ces crèmes aux divers parfums, peuvent être glacées à l'aide d'une *sabotière* (1) que l'on place dans un petit seau avec de la glace pilée et salée. (2) Aussitôt que la

---

(1) J'emploie le mot usité en cuisine, mais le vrai mot est *sorbetière*.

(2) La sabotière, boîte cylindrique en étain, est placée sur une plaque de glace au milieu d'un seau rempli de couches alternatives de glace pilée et de sel marin. On emploie habituellement 1 kilog de sel, pour 4 kilog. de glace, en ajoutant, quelquefois, un peu de salpêtre pour hâter la congélation. Par l'anse, on saisit la sabotière que l'on fait tourner en tous sens. Comme la fabrication des glaces étant peu

crème commence à se congeler, elle doit être fortement travaillée avec la cuillère, afin de la rendre mousseuse et éviter les glaçons. La glace congelée est mise dans un moule à fromage glacé que l'on sangle de nouveau dans un sceau jusqu'au moment de servir, et l'on dresse sur une serviette. En terminant, je dois te dire que les personnes qui servent rarement des crèmes glacées, font mieux de commander chez leur confiseur, quand il y a possibilité, un parfait, une bombe, un fromage ou un vacherin. Je te cite ces quatre plats glacés dans l'ordre de leur valeur, afin que tu puisses les connaître et agir en connaissance de cause.

Les crèmes glacées ont été fabriquées, probablement pour la première fois, en Italie et ont été introduites en France par le Florentin Procopé.

Sorbet. — Le sorbet diffère de la glace en ce qu'il est moins solide; il se prépare avec des sucs de fruits et se sert avant le rôti. Pour préparer un sorbet au champagne, par exemple, prend un demi-litre de sirop à 32°, mêle avec un demi-litre de champagne, le jus d'un citron, celui d'une orange, avec quelques zestes que tu feras infuser. Après

---

commode, on a construit des petites machines à glacer, qui permettent de mettre la sabotière en mouvement avec la main gauche, pendant que la main droite, armée d'une spatule nommée *Houlette*, détache successivement et mêle au reste du mélange la crème congelée qui se forme sur les parois intérieurs de l'appareil.

un quart d'heure, passe l'appareil au tamis et glace-le comme les crèmes.

On peut, de la même manière, glacer les punchs au rhum, au kirsch, en remplaçant le vin de champagne par le punch choisi. L'appareil prêt à glacer doit marquer de 14 à 15° environ au pèse-sirop.

Mousse à la vanille. — Prépare 25 centilitres de sirop à la vanille à 25°, verse-le tout chaud peu à peu sur six jaunes d'œufs broyés que tu délaies ; passe-le au tamis, remets-le dans le poêlon pour le fouetter quelques minutes à feu doux; retire-le hors du feu, fouette l'appareil jusqu'à ce qu'il devienne froid et bien mousseux. Pose-le alors sur la glace en fouettant toujours, ajoute deux verres de bonne crème fouettée, bien égouttée, verse-le dans un moule de fromage glacé, préalablement sanglé avec la glace pilée; fonce avec un papier ferme le moule avec le couvercle que tu recouvriras de glace; deux heures après, tu pourras le mettre une minute à l'eau froide, le dresser sur une serviette pliée ; retire le papier et entoure la mousse de petits gâteaux décorés.

Cette mousse peut être préparée au marasquin, au thé, au suc de divers fruits, etc., en ajoutant le parfum au sirop; ou bien au chocolat, en ajoutant au sirop 100 grammes de chocolat ramolis à la bouche du four.

Crèmes au bain-marie. — Lorsque tu auras

préparé ta crème, comme je viens de te le dire, verse-la dans un moule d'entremets légèrement beurré et place le moule dans une casserole d'eau. Veille à ce que le bord du moule soit de quatre ou cinq centimètres au-dessus du niveau de l'eau; dépose la casserole sur des cendres rouges, et mets le couvercle sur le moule avec quelques braises.

Il faut observer que l'eau ne bouille pas, car la crème trop vite cuite devient toute poreuse, tandis que cuite modérément, on obtient une crème lisse de très belle apparence. On peut, en la touchant avec le doigt, s'assurer de la cuisson qui peut être faite au four. Cette crème servie froide, est dressée sur un plat en renversant le moule au moment de servir.

Crème pâtissière. — La crème pâtissière se prépare comme les autres crèmes, mais on ajoute dans les œufs une cuillerée de beurre et deux cuillerées à bouche de bonne farine tamisée, afin de la maintenir plus consistante.

Pommes à la Dauphine. — Coupe quatre ou cinq belles pommes, divise-les en quatre, épluche-les, enlève le cœur et les pépins, coupe les quartiers en trois morceaux que tu rangeras dans un sautoir afin de les cuire dans un peu de sucre clarifié et vanillé. Cuis les morceaux tout en les conservant fermes, dresse-les dans un plat au gratin beurré foncé d'une crème pâtissière. Masque les morceaux

de pommes avec une autre couche de crème pâtissière dans laquelle tu auras incorporé une cuillerée de rhum ou de kirsch, couvre la crème avec des blancs d'œufs battus, légèrement sucrés, en forme de dôme, fais cuire à feu doux dans le four. Cet entremets que l'on prépare avec des poires, des ananas, etc. peut se servir froid ou chaud.

Beignets de pommes. — Après avoir pelé trois ou quatre pommes, coupes-les transversalement en tranche régulières d'un demi-centimètre d'épaisseur environ, vide chaque tranche sur le centre, saupoudre-les dans un plat avec un peu de sucre parfumé, arrose-les avec une cuillerée de bonne eau-de-vie. Après cinq ou six minutes, égoutte-les sur un linge, trempe-les dans une pâte à frire, plonge-les à grande friture chaude, en remuant la poêle pour les faire bien saisir de tous côtés et les empêcher de s'attacher ensemble. Lorsqu'elles sont bien dorées, retire-les, égoutte-les sur un linge, saupoudre-les et dresse-les en buisson pour les servir.

On peut aussi, avant de plonger les tranches de pommes dans la pâte à frire, les faire cuire au sirop clarifié ; cette préparation convient surtout aux fruits qui sont plus fermes qu'on peut substituer aux pommes. Les poires, les ananas, les abricots, les pêches, les cerises en brochettes, etc., peuvent être cuits en beignets.

Beignets soufflés. — Dans deux décilitres

d'eau, ajoute une cuillerée à bouche de sucre, 100 grammes de beurre, le zeste d'un demi-citron, et fais bouillir l'eau. Aussitôt que l'ébullition commence, retire le zeste et saupoudre l'eau avec beaucoup de farine (1), afin de faire une pâte lisse et épaisse; tourne la pendant quinze ou vingt minutes jusqu'à ce qu'elle soit assez cuite, ce que l'on reconnaît lorsqu'en la goûtant, elle n'a plus goût de farine. Aussitôt que la pâte est bien desséchée, retire-la du feu, incorpore quatre œufs, l'un après l'autre, en travaillant fortement la pâte qui ne doit pas être trop molle. Prends-en, avec une cuillère à bouche, fais-la tomber avec le doigt dans une grande friture; remue afin que les beignets ne s'attrapent pas, et pour obtenir ainsi des morceaux ronds qui se gonfleront dans la poêle. Aussitôt qu'ils seront colorés d'une belle nuance, retire-les, égoutte-les sur un linge, roule-les dans un sucre parfumé pour les dresser en buisson.

Cette pâte est désignée quelquefois sous le nom de *pâte à choux*.

Riz aux pommes. — Lave à l'eau tiède, 25 à 30 grammes de riz par personne, mets-le à l'eau froide sur le feu; aussitôt que l'ébullition commence, égoutte-le sur un tamis. Remets ton riz dans une casserole sur un feu doux avec une cuillerée de

(1) La quantité est variable selon la qualité.

beurre, 75 à 80 grammes de sucre, un demi-litre de lait par hectogramme de riz, et quand il est en ébullition, retire-le sur l'angle du fourneau pendant une heure en le remuant de temps en temps; lie-le avec trois jaunes d'œuf en y ajoutant le parfum que tu désires. Lorsque le riz sera refroidi, dresse-le dans un moule légèrement beurré, avec des pommes reinettes pelées, cuites dans le sirop après les avoir coupées en tranches, en quartiers ou avec un coupe-racines selon le résultat que tu veux obtenir. Dressé avec goût, et décoré au cornet si l'on désire, cet entremets peut être servi dans un dîner convenable; mais dans le ménage, on peut simplifier la préparation qui, naturellement, n'est pas si délicate et si moelleuse.

Après avoir fait cuire le riz à l'eau avec le sucre et une cuillerée de beurre, on étale sur un plat à gratin, une partie du riz dans lequel on pique des pommes coupées en quatre que l'on recouvre avec l'autre partie du riz. Le riz est ensuite bien lissé avec la cuillère, saupoudré avec du sucre et mis au gratin.

Les poires, les ananas, les prunes, les abricots, les cerises peuvent subir la même préparation qui peut être faite avec du riz ou avec la semoule.

Pâte à biscuit. — Bats cinq jaunes d'œuf avec 250 grammes de sucre parfumé, pendant vingt minutes environ afin d'obtenir une pâte presque blanche, complètement liée. Fouette à la neige les

cinq blancs et mêle-les avec les jaunes peu à peu avec la cuillère; incorpore 150 grammes de fécule de pomme de terre; dépose l'appareil dans un moule beurré, saupoudré avec du sucre et fais cuire à four doux, ou sur des plaques couvertes de papier.

Cette pâte, coupée en feuilles plus ou moins épaisses, peut servir à préparer divers gâteaux avec la confiture, la crème pâtissière, etc., mise par couches entre deux feuilles de biscuit que l'on glace au chocolat, à la glace royale, etc.

Tu ne devras t'occuper de ces préparations que lorsque tu ne pourras te les procurer chez le pâtissier.

Pâte à dresser. — Tamise 500 grammes de farine, étale-la en forme de couronne sur le tour, fais un creux au milieu; c'est ce qu'on appelle la *fontaine;* dépose trois jaunes d'œuf, 150 grammes de beurre, un décilitre d'eau, 12 à 15 grammes de sel, fais-en un mélange bien intime, incorpore peu à peu, dans cet appareil, la farine. Aussitôt que la pâte est ferme, travaille-la vivement, détaches-en les parties adhérant au tour, et fraise la (1) fortement. Détache la pâte du tour pour la mouler en forme ronde, mets-la dans un linge humide pour la préserver de l'air, si tu ne dois pas t'en servir de suite. Cette pâte peut te

(1) *Fraiser*, signifie fouler la pâte sur le tour avec le poignet de la main.

servir pour préparer des tartes à la confiture, pour croûtes de pâtés, pour les timbales de viande, de macaroni, etc. Cette pâte désignée quelquefois sous le nom de *pâte brisée*, peut être modifiée dans sa composition; il suffit de mettre un peu moins de beurre et un ou deux jaunes de moins, pour obtenir une pâte plus ferme, mais plus ordinaire.

Pâte feuilletée. — Tamise sur le tour 250 grammes de farine pour former la fontaine, avec 2 décilitres d'eau froide, 10 à 12 grammes de sel, environ autant de beurre, manie bien avec la main le beurre et l'eau, incorpore peu à peu la farine. Aussitôt que l'eau se trouve absorbée, finis d'incorporer la farine vivement afin de former une pâte molle, élastique, pouvant être roulée sur le tour sans s'y attacher, et mets sous un linge pendant un quart d'heure. Pendant ce temps, manie 200 grammes de beurre dans un linge, afin d'enlever toute l'humidité et tiens-le au frais afin qu'il possède, au moment de l'emploi, autant de consistance que la pâte.

Reprends ta pâte, pose-la sur le tour fariné, étends-la avec le rouleau de l'épaisseur d'un centimètre environ, donne-lui la forme carrée, pose alors le beurre sur la moitié de la pâte, renverse l'autre partie sur le beurre qui se trouve entièrement enveloppé; saupoudre légèrement la pâte avec de la farine, et à l'aide du rouleau, abaisse ta pâte jusqu'à ce que tu obtiennes une forme rectangulaire avec des bords droits, trois fois plus longue

que large. Lorsque ta pâte sera réduite à une épaisseur d'un centimètre environ, reploie-la en trois sur sa longueur. C'est ce qu'on appelle un *tour*. Fais faire un quart de tour à droite afin de l'abaisser de nouveau dans le sens contraire en continuant jusqu'au quatrième tour et laisse-la reposer dix à douze minutes au frais, sur la glace même, en été, si c'est possible. Après ce temps, saupoudre de nouveau ta pâte, abaisse-la et donne deux tours à ta pâte, ce qui fera six tours pour la terminer.

En été, ce travail exige des soins particuliers, car la chaleur peut compromettre le succès de l'opération ; pour ne pas s'exposer à quelque déception il convient d'avoir recours à la glace.

Le beurre peut être remplacé par la graisse de bœuf, employée dans les mêmes proportions après l'avoir dégorgée, soigneusement pilée et passée au tamis.

Cette pâte peut servir à une foule de préparations culinaires, telles que divers petits gâteaux à la crème, des bouchées de viande pour les hors-d'œuvre, etc.

Comme bien souvent dans les ménages, on n'a pas de four de pâtissier, qu'il faut avoir recours aux fourneaux de cuisine, on n'obtient que fort rarement de bons résultats en pâtisserie. Aussi ne te conseillerai-je pas d'avoir trop souvent recours à ces préparations indigestes qui, bien souvent, coûtent plus qu'elles ne valent. Il n'en est pas de même pour les préparations de l'office telles que les gelées, les compotes, etc., qui, préparées en petites quantités, peuvent donner d'excellents résultats.

Gelée de groseille. — Egrène 2 ou 3 kilos de belles groseilles, exprimes-en le jus dans une bassine en cuivre *non étamé*, ou bien dans un vase en faïence, et filtre à la chausse. On peut extraire le jus de groseille à froid ou à chaud, mais par ce dernier procédé, les gelées se conservent mieux. Pèse autant de sucre cassé à petits morceaux que tu as de suc, pour faire dissoudre à froid tout ce qu'il sera possible. Pose alors la bassine sur feu vif, écume bien le liquide avec une passoire en cuivre, que tu tourneras après dans la gelée pour bien détacher ce qui se cristallise sur les bords et huit ou dix minutes après que la gelée *nappe* (1) l'écumoire, la cuisson est prête. Verse alors ta gelée dans des vases chauffés que tu passeras à l'étuve douce pendant deux ou trois heures, et tu ne couvriras les pots que lorsqu'ils seront complètement refroidis,

Tout en procédant de la même façon, certaines personnes ajoutent de la framboise à la groseille.

Gelées diverses. — Les autres gelées de fraises, de pommes, d'abricots, de coings, de prunes, d'azeroles, se préparent à chaud de la même manière, c'est-à-dire qu'après avoir fait cuire les fruits, en les couvrant d'eau, on en extrait le suc pour le filtrer et l'additionner de son poids de sucre.

---

(1) On reconnaît ce degré de cuisson quand en soufflant sur l'écumoire, les gouttes de gelée s'échappent de l'autre côté.

Gelée de violettes. — Après avoir clarifié 250 grammes environ de sucre pour 6 personnes, fais infuser 40 à 50 têtes de violettes fraîches et couvre l'infusion chaude afin que le parfum ne s'évapore pas. Après demi-heure, passe le sirop tout chaud à travers un tamis, ajoute deux verres à liqueur de kirsch ou le jus d'un citron et trente grammes de colle de poisson. Dissous la colle, fais bien le mélange, dépose le liquide dans un moule d'entremets que tu couvriras avec un couvercle de casserole et dépose ton moule dans une terrine, afin de l'entourer avec trois ou quatre kilogrammes de glace pilée.

Cette gelée doit être renversée au moment de servir sur un plat d'entremets après trois ou quatre heures de congélation.

Lorsque tu seras privé de fruits, s'il te faut préparer des gelées, tu pourras avoir recours à la colle de poisson, dans la même proportion que pour la gelée de violettes et obtenir avec le sucre clarifié un parfum de bonnes gelées. On prépare de la même façon les gelées à la fleur d'oranger, au citron, au vin de champagne, etc.

Blanc-manger. — Epluche après les avoir échaudées 300 grammes d'amandes douces, jette-les à l'eau froide pour les faire dégorger à mesure. Après deux ou trois heures, retire-les, égoutte-les pour les piler avec 100 grammes de sucre fin à la vanille, en les arrosant de temps en temps, avec une

cuillerée à café d'eau froide. Délaie ton appareil avec demi-litre d'eau froide, passe-le à travers l'étamine et sucre-le au point que tu désires. Ajoute 35 grammes de colle de poisson et après en avoir bien opéré le mélange, verse-le dans un moule huilé préalablement incrusté dans la glace. Cet entremets, suffisamment raffermi, doit être retourné sur un plat d'entremets au moment de servir.

On peut aussi se servir de noisettes ou de noix fraîches pour faire cet entremets que l'on parfume au rhum, au kirsch, au marasquin, à la vanille, comme les autres gelées.

Clarification du sucre. — Mets dans un poêlon 2 kilos de sucre, 1 kilogramme d'eau que tu feras dissoudre à feu doux. Pendant ce temps fouette un blanc d'œuf que tu battras avec un verre d'eau; ajoutes-en la moitié au sucre fondu pour porter à l'ébullition. Aussitôt que le liquide mousse, retire le poêlon sur l'angle du fourneau, afin de faire bien jeter l'écume au sucre que tu enlèveras. Ajoute par intervalles le reste du blanc en l'écumant au fur et à mesure; lorsque le sucre sera limpide, amène-le à 32° au pèse-sirop et passe-le à l'étamine.

Cuisson du sucre. — Les diverses *cuissons de sucre* portent des noms particuliers; ainsi lorsque le sirop marque 34°, la cuisson est désignée sous le nom de *lissé*, à 36 ou 38° sous le nom de *perlé*. On reconnaît la première cuisson quand le sucre, mis

entre le pouce et l'index que l'on élargit, forme un filet; et dans la seconde cuisson, ce filet devient plus long et plus consistant que dans le cas précédent. En donnant quelques bouillons de plus, on obtient le sucre à 40°, c'est-à-dire au *soufflé*, que l'on reconnaît aux gouttes qui s'échappent de l'autre côté à travers l'écumoire; à 41° le sucre passe au *petit boulé;* à 43° au *grand boulé* que l'on reconnaît lorsque *avec le doigt mouillé et trempé* dans le sirop on peut rouler le sucre en boule. La cuisson au delà, marquant 45° environ, est désignée sous le nom de *cassé;* elle se reconnaît lorsque le sucre, mis dans l'eau, se brise net. Après ce degré de cuisson, le sucre commence à jaunir et, se foncant de plus en plus, arrive au *caramel*.

Nougat. — Plonge dans l'eau bouillante 500 gr. d'amandes douces et, aussitôt que la peau se détachera sous la pression des doigts, retire-les, monde-les vivement, jette-les à l'eau froide pendant une heure. Egoutte-les dans un linge, coupe-les en filets et fais-les sécher pendant cinq ou six heures à l'étuve sans les colorer. Dissous 250 grammes de sucre dans un poêlon avec un demi-verre d'eau et une cuillerée à bouche de jus de citron. Fais cuire le sucre au caramel très blond et incorpore les amandes bien chaudes en remuant bien l'appareil, qui, chaud, peut être coulé dans un moule de croquembouche préalablement huilé, afin d'obtenir les pièces montées que l'on désire. Il convient d'agir avec

beaucoup de dextérité, car l'appareil retiré du feu se refroidit bien vite, se durcit et ne peut plus être travaillé.

Compote de pommes. — Après avoir pelé quatre ou cinq pommes, coupe-les par quartiers, ôte les pépins et jette-les à mesure, dans 200 grammes d'eau fraîche, acidulée avec le jus d'un citron, afin d'en conserver la fraîcheur ; ajoute un peu de zeste d'un citron, 100 grammes de sucre, et fais-les cuire à feu doux. Lorsque les pommes sont cuites, retire-les, dresse-les dans un compotier en versant dessus le sirop que tu auras réduit. Les poires, les prunes, les abricots, après avoir été pelés peuvent être préparés de la même façon, entiers ou coupés. Tous ces fruits sont cuits dans un sirop de 20 à 25° et servis avec le sirop réduit à 34° environ.

Tu comprends combien il est facile de varier les entremets sucrés avec ces fruits qui peuvent être coupés de diverses manières ou servis en entier ; ils peuvent être préparés même avec la gelée et élégamment dressés de diverses façons. Ces divers fruits peuvent être mélangés et servis pour entremets sous le nom de *Macédoine de fruits*.

Marmelade de pommes. — Après avoir pelé les pommes, coupe-les en quartiers, enlève les pepins, jette-les dans de l'eau légèrement acidulée avec le jus d'un citron ; fais-les cuire à feu modéré et lorsqu'elles s'écrasent facilement sous la pression des

doigts, passe-les au tamis. Mêle cette purée de fruit avec le même poids de sucre, fais-la cuire à feu doux jusqu'à la *nappe* en la remuant avec la spatule, et verse-la dans des pots chauffés, que tu couvriras le lendemain.

Les poires, les pêches, les abricots, les oranges, les azeroles (1), etc., traités de la même manière, peuvent servir à préparer de bonnes marmelades. Ces fruits doivent être cuits avec le moins d'eau possible ; mais au cas où il resterait un peu de jus après la cuisson, il peut être utilisé pour faire la gelée.

Pâte de coings. — Après avoir cuit la marmelade de coings à la nappe, tu peux obtenir, si tu le désires, la pâte de ce fruit en poussant la cuisson jusqu'au boulé. Verse cette gelée dans des boîtes en fer-blanc, laisse refroidir et dessèche cette pâte à la douce chaleur d'une étuve en saupoudrant avec du sucre.

Tu peux, par le même procédé, conserver les pâtes des autres fruits, tels que la pomme, l'abricot, etc.

Raisiné. — Dans le Midi, beaucoup de personnes préparent avec le raisin une espèce de marmelade qui n'est pas mauvaise, connue sous le nom de *raisiné*. Pour cela, égrène un plein poêlon de raisin

(1) Les pêches, les azeroles, les abricots n'ont pas besoin d'être pelés.

que tu feras cuire sur un feu clair, ayant soin d'écumer de temps en temps, afin d'enlever les pepins qui se détachent par la cuisson. Fais réduire le liquide par l'ébullition au tiers environ, en remuant souvent avec une spatule en bois et à feu doux, afin que le raisin ne se brûle pas au fond du poêlon. Retire le poêlon, passe le liquide à travers un linge blanc en le pressant avec force, et remets-le sur le feu. Cet appareil peut être aromatisé avec le zeste d'un citron ou d'une orange. Donne quelques bouillons à ce liquide jusqu'à ce que tu aies obtenu assez de consistance et verse-le dans des pots préalablement chauffés à l'étuve. Le lendemain ou surlendemain couvre les pots avec une feuille de papier parcheminée, trempée dans l'alcool.

Il convient de temps en temps d'examiner ces pots, afin de s'assurer que l'humidité est bien évaporée. Si le raisiné est convenablement cuit, il se conserve indéfiniment. On peut aussi ajouter à ce raisiné divers fruits, tels que poires, pommes, coings, etc., que l'on a fait cuire ensemble.

Confiture de cerises. — Après que tu auras retiré les queues et les noyaux aux cerises pèse-les, avec une même quantité de sucre fais un sirop cuit au boulé; mets tes fruits dedans, fais les cuire à la *nappe* et verse la confiture dans les pots chauffés, pour les couvrir le lendemain après complet refroidissement.

Je ne crois pas devoir m'étendre plus longuement

sur cet entretien que je terminerai par la préparation de la glace royale, qui te permettra, si tu le désires, d'ornementer au cornet les diverses pièces froides que tu auras à dresser.

Glace royale.— Après avoir mis un blanc d'œuf, quelques gouttes d'acide citrique dans 150 grammes de sucre, dans une terrine vernie, travaille l'appareil avec une cuillère en bois pendant dix à douze minutes, incorpore alors une cuillerée de fécule, remue toujours afin que le mélange soit intime et couvre-la d'un linge mouillé. Cette glace qui peut être colorée avec la poudre que l'on désire (ne jamais employer des couleurs liquides) peut servir pour le décor au cornet.

Après avoir rempli de glace un cornet que tu auras fait en toile ou en papier blanc, fermes la gorge, pratique une petite ouverture à l'extrémité et à l'aide de la pression que tu exerceras avec les doigts, tu obtiendras un écoulement régulier avec lequel tu pourras exercer ton goût pour l'ornementation. Il est bien entendu que les décors ne peuvent être faits que sur des pièces luxueuses; ils doivent constamment être sobres et d'une parfaite exécution.

SEIZIÈME ENTRETIEN

Du Dessert.

Un service élégant, d'une ordonnance exacte,
Doit de votre repas marquer le dernier acte.
(Berchoux.)

Quoique cette partie du dîner demande beaucoup de soins et permette à la dame de la maison de déceler son bon goût, notre entretien sera court, car la préparation du dessert incombe surtout à un spécialiste. Autrefois pourtant, avant que la pâtisserie fût aussi perfectionnée qu'elle l'est aujourd'hui, les dames se chargeaient elles-mêmes de la confection des gâteaux et Carême nous apprend que sa plus jolie pièce de pâtisserie fut pétrie par Mme P. Borghèse et servie à Neuilly ; c'était un pain bénit. Je crois, en effet, que si cet art si délicat n'avait nécessité un four qui se trouvait très rarement à la disposition des ménages, beaucoup de dames auraient été heureuses de s'essayer dans la confection de ces friandises recherchées, et nous verrions encore les trésors de Cérès et ceux de Pomone, mariés par la main des Grâces.

Disons à la hâte pourtant que, depuis le siècle dernier, la pâtisserie a fait de réels progrès ; grâce

aux travaux de certains spécialistes, nos pâtisseries autrefois si lourdes, si indigestes, sans goût, sont aujourd'hui plus salubres, plus légères et plus élégantes ; elles empruntent tout à la fois, à l'architecture, à la sculpture, à la peinture, et attestent la valeur de l'artiste.

Fromage. — Le fromage est le premier des desserts; il succède aux entremets et jouit d'une faveur spéciale chez certains gourmets ; mais, comme beaucoup de personnes ont une très grande aversion pour lui, le fromage quoique admis dans les dîners d'apparat, ne doit jamais être posé sur la table ; les domestiques doivent simplement le présenter aux convives après s'être assurés de leur désir.

On distingue plusieurs sortes de fromages : les fromages *mous* qui peuvent être frais ou salés; les fromages *fermes*, comme ceux de *Hollande*, et les fromages *durs* qui sont très variés, tels que les *Sassenage*, nous venant de l'Isère, les *Valmorey* fabriqués dans le Jura, les *Mont-Dor* dans le Rhône, et les *Roquefort* qui, fabriqués dans l'Aveyron, doivent leur excellente qualité à l'heureuse disposition des caves naturelles dans lesquelles on les dépose pour les affiner.

Je ne peux pas te parler de leur fabrication sans sortir du cadre que je me suis tracé : mais qu'il me soit permis de t'indiquer que le fromage mou et frais, désigné sous le nom de *caillé* se prépare

avec 2 grammes de *présure* (1) que l'on met dans un litre de lait, une ou deux heures avant le repas.

La valeur du fromage au point de vue hygiénique a été vivement discutée; les uns conseillent l'usage des fromages fermentés comme un puissant excitant de la digestion; d'autres, plus sévères, au contraire, les proscrivent et ne voient dans cet aliment qu'un stimulant du sens du goût qui tend à franchir les limites de la sobriété. Je crois que les uns et les autres exagèrent et qu'à moins de contre indication chez un estomac malade, on peut faire usage de certains fromages, tels que le roquefort parmi les fromages durs; le brie, le neuchâtel parmi les fromages fermes, et des fromages frais, mous, à la crème, à la condition de relever leur goût par de légers aromates.

Des gâteaux, bonbons, fruits glacés.—Comme je te l'ai dit dans le troisième entretien, les pièces montées doivent être symétriquement dressées sur de belles coupes dès le début du dîner; les belles gelées transparentes seront soigneusement sorties des moules et déposées sur des compotiers; les petits fours, les fruits glacés et tous les autres

(1) On donne le nom de *présure* à une matière acide que l'on trouve dans le quatrième estomac des jeunes ruminants qui se nourrissent encore de lait. Il suffit pour l'extraire de mettre en macération un estomac d'agneau dans un demi-litre d'eau salée à 4 ou 5 0/0 et filtrer. On trouve aussi une présure chez les pharmaciens qui permet de coaguler le lait au moment même où l'on désire.

petits gâteaux doivent être convenablement arrangés dans des coupes basses appelées *guéridons* ou à défaut dans des assiettes à la portée des convives, afin qu'ils puissent sans se déranger goûter aux diverses friandises. Il n'y a pas de règles absolues pour fixer le nombre et la nature du dessert, mais celui-ci doit être toujours en rapport avec le dîner et se composer d'une assiette de petits gâteaux *au moins* pour deux convives.

Fruits. — Les fruits qui varient selon la saison, doivent être dressés avec des fleurs sur de belles coupes; leurs couleurs habilement combinées viendront concourir à l'ornementation de la table.

Les *fraises* sont les fruits les plus précoces et un des plus estimés; les fraises de jardin commencent à paraître en avril et les fraises des bois qui leur succèdent ne finissent qu'en octobre. Ce fruit doit être servi au naturel : ce qui permet à chaque convive de le manger à son goût. Les uns le mangent au naturel, d'autres au sucre, quelquefois avec du vin ou du jus de citron. Les *framboises* sont servies comme les fraises et souvent mêlées ensemble.

Aux fraises succèdent les *cerises*, fruit acide, assez agréable, qui se mange au naturel et compte beaucoup de variétés dont les plus estimées sont celles de Montmorency; viennent ensuite, sous le nom de cerises, les *bigarreaux*, les *guignes* et les *griottes*.

Les *groseilles* apparaissent quelques jours après les cerises ; elles servent ordinairement pour la préparation des gelées et des confitures, mais à défaut d'autres fruits elles sont servies quelquefois avec du sucre pilé.

Les *abricots* bien mûrs peuvent être dressés sur des coupes dans les dîners convenables. La *Précoce de Boulbon*, le *Musqué hâtif*, le *Rouge hâtif* qui mûrissent en juin, la *Pêche* et le *Blanc* à confire, mûrissant en juillet sont nos meilleures variétés.

Les *prunes* font leur apparition sur notre marché quelques jours plus tard que les abricots ; néanmoins la *Jaune hâtive* apparaît en juin, mais la *Mirabelle* qui mûrit en juillet, la *Reine-Claude* et *Monsieur* en août, sont les seules admises dans un dîner convenable. Après le mois de septembre on cueille le *Perdrigon* et la *prune d'Agen*, destinée à la conservation, cette dernière est mangée cuite sous le nom de *pruneau d'Agen*.

La *pêche* est considérée comme le plus beau et le meilleur de nos fruits. Elle est servie dans les meilleurs dîners ; on la mange au naturel ou avec du sucre. L'*Amsden* est la plus hâtive, elle mûrit en juin ; la *Magdeleine* et la *Grosse Mignonne* apparaissent au mois de juillet ; le mois d'août nous apporte la *Belle de Vitry*, la *Chancelière*, la *Noire de Montreuil* ; nous récoltons la *Grosse Bourdin*, le *Teton de Vénus*, l'*Alberge-Abricotier* en septembre et enfin nous pouvons encore cueillir la *Tardive de Brunel* et la *Tardive d'Oullins* au mois d'octobre.

La *poire* commence à mûrir au mois de juin et les bonnes variétés, assez nombreuses d'ailleurs, nous fournissent un excellent dessert jusqu'à la fin de l'hiver. Le *Citron des Carmes* est la plus hâtive de nos bonnes variétés; le *Beurré Gifford* mûrit en juillet; le *Monsallard*, le *Beurré d'Amanlis* en août, et en septembre apparaissent le *Bon Chrétien Williams*, le *Doyenné blanc*, le *Doyenné gris*. La *Duchesse d'Angoulême*, la *Louise Bonne d'Avranches* succèdent aux poires d'été, elles mûrissent en octobre; le *Beurré Clergeau*, le *Doyenné d'hiver* et *Bergamotte Esperen* nous fournissent un excellent fruit tout l'hiver.

La *pomme* est d'une très grande ressource pour le dessert pendant la rigoureuse saison de l'hiver. Les variétés les plus hâtives sont la *Rose* ou *Gros api*, *Fenouillet* et *Calville blanc*; vendues en octobre sur notre marché; la *Reinette du Vigan* et celle du *Canada* que l'on conserve en excellent état jusqu'au printemps.

Le *raisin* peut aussi être dressé sur les meilleures tables. Ce fruit, fort estimé, très sain, très rafraîchissant, est conservé actuellement toute l'année; mais il n'est vendu sur nos marchés que du mois de juillet à la fin de l'hiver, époque où il se vend fort cher. Les premières variétés de raisins blancs connus sous le nom de *Chasselas* apparaissent en juillet; l'*Œillade*, le *Cinsaut*, l'*Aspiran* mûrissent en août; en septembre nous pouvons récolter le *Terret noir*, le *Terret bourré* qui peuvent se conserver facilement dans un fruitier jusqu'au mois de janvier.

Les *coings* ne se mangent que cuits, en compote, en marmelade ou en confiture.

Les *oranges* sont des fruits fort estimés pour leur parfum et la beauté de leur fruit; elles peuvent être dressées sur des coupes dans les meilleurs dîners. Les meilleures variétés sont exotiques; elles sont fermes et ont la peau lisse.

L'ananas est un fruit exotique fort estimé; le plus souvent, il est servi sur nos tables à l'état de conservation selon le procédé Appert. Mais, grâce pourtant à la rapidité des transports, ces fruits peuvent nous arriver à l'état naturel; les cultures, faites en serre chaude, nous permettent aussi de le récolter en France. L'ananas est habituellement coupé en tranches saupoudrées avec du sucre, et quelquefois aromatisé avec du rhum ou du kirsch.

Les dattes sont fort estimées et peuvent figurer dans le dessert des meilleurs dîners. Elles sont servies, comme les bonbons, dans des assiettes.

Je termine la liste des fruits importants, sans te parler des noix, des noisettes, des amandes qui ne se servent que dans les dîners ordinaires.

Le dessert d'un dîner convenable et même d'un dîner ordinaire ne se termine pas sans une infusion de plantes aromatiques, qui varie selon le goût et le tempérament de l'invité; mais, on peut dire pourtant que l'infusion de café est, en France, la seule servie après les grands dîners; que celle du thé, est réservée pour les soirées, que celle des feuilles ou de fleurs d'oranger, la moins usitée,

n'est prise qu'après le dîner du soir à raison de 4 à 5 grammes par certaines personnes qui craignent l'excitation nerveuse produite par le café ou par le thé.

Café. — Le *Café*, semence d'une plante de la famille des Rubiacées (*Coffœa arabica*), introduite en France vers la fin du XVIIe siècle, a conquis dans l'alimentation publique une place qu'il gardera désormais. Malgré les prohibitions juridiques et les interdictions médicales que ce produit a soulevées, peut-être même à cause de cela, la consommation ne fait qu'augmenter et les importations insignifiantes de la première moitié du XVIIIe siècle, se sont déjà élevées à plus de 300,000 quintaux métriques en 1856.

Les meilleures espèces de café nous viennent de *Moka*, de *Java*, de *Bourbon*, de la *Martinique* et de *Saint-Domingue*, et le mélange de quelques-unes de ces espèces, forme, pour certains euchulophiles, le *nec plus ultra* des qualités odorantes de cette précieuse liqueur qui a inspiré à Delille une superbe poésie. Mais la valeur de cette infusion est subordonnée aussi à la torréfaction de la graine, et aux soins apportés à la confection.

Afin d'éviter les sophistications qui pourraient être nuisibles à la santé, tu dois acheter le café en grains. Cette graine a un peu la forme d'une fève, avec une face plane, rayée d'un sillon peu profond, et une face bombée; elle varie de coloration, de

volume et de forme, selon la provenance. Le Moka, qui vient rarement en France, a des grains petits, irréguliers, gris jaunâtre, de forme arrondie, mélangés fort souvent de sable et de terre, parce qu'on ne le récolte que quand il est tombé spontanément à terre par la maturité complète. Le *Java* a le grain jaune pâle, un peu plus plat et plus large que celui de Moka. Le *Bourbon* se reconnaît à son gros grain blanchâtre, allongé par un des bouts. Le *Martinique* a de gros grains amers, verdâtres, bien renflés, allongés, portant des paillettes argentées qui sont les débris de la pellicule intérieure d'enveloppe. Les grains du *Saint-Domingue* moins verts que ceux du précédent ont une saveur et une odeur moins agréables.

Les grains de café doivent être soumis à la torréfaction en vase clos, en ayant soin d'ouvrir le brûloir vers la fin de l'opération qui ne doit pas dépasser le *brun roux*, sous peine de carboniser certains principes, et détruire l'arome. Cette opération qui augmente le volume du café, lui fait subir une perte de 17 à 18 % de son poids. Après avoir torréfié la quantité nécessaire de café pour trois ou quatre jours seulement, il faut le mettre dans une boîte en fer blanc hermétiquement fermée, et ne le moudre qu'au fur et à mesure de tes besoins, car l'infusion est d'autant meilleure, que le café a été fraîchement torréfié et moulu.

Le meilleur procédé pour obtenir une bonne infusion, consiste à verser l'eau bouillante sur la

poudre préalablement déposée dans les cafetières ordinaires percées de petits trous. En évaluant à 100 grammes le poids d'une tasse d'infusion, on peut obtenir un excellent café très concentré en mettant 10 à 12 grammes de poudre par tasse.

Comme le marc de café n'est pas entièrement épuisé, tu peux à chaque repas, par raison d'économie, faire infuser le marc de café du repas précédent; c'est avec cette infusion bouillante, que tu pourras préparer l'infusion réelle de café à raison de 8 à 9 grammes par tasse.

La maîtresse de maison doit surveiller — sinon préparer elle-même — l'infusion de café, et s'assurer qu'elle a été confectionnée avec tous les soins nécessaires. Un bon café peut faire oublier, chez certains euchulophiles, quelques petites imperfections du dîner.

Le café est un stimulant énergique qui ne convient qu'aux personnes adultes. Prise après le dîner, l'infusion de café facilite la digestion, donne de la gaieté; sous son action, la pensée devient plus libre, plus active, l'imagination plus ardente. Les propriétés alibiles du café, tout en étant réelles ont été exagérées, mais sous l'influence de cette boisson stimulante, l'estomac élabore et utilise mieux les autres aliments qui lui sont confiés.

Thé. — Cette infusion se prépare avec 2 ou 3 grammes de thé par tasse que l'on fait infuser pendant dix minutes. Le thé est un stimulant des

fonctions digestives dont l'usage est fort répandu en Angleterre, en Hollande et en Russie. En France, cette boisson est surtout servie avec du lait, dans les soirées de bon ton. Quelques personnes le prennent à la place du café après le repas, même à jeun comme en Angleterre, mêlé avec le lait. Il y a plusieurs espèces de thés, celles qui sont le plus employées dans le commerce, sont les thés *noirs* et les thés *verts*, ne diffèrant que par leur préparation ; les thés verts sont plus excitants que les thés noirs et ont une odeur plus forte. Ces derniers conviennent mieux aux personnes nerveuses.

Café au lait. — Si le café noir a été l'objet de vives attaques, le café au lait ne l'a pas été moins, et a été condamné même par quelques médecins, mais il est parfaitement reconnu par les meilleurs praticiens que le mélange de ces produits de bonne qualité forme un aliment très sain et très savoureux. Cette boisson se prend à jeun pour les déjeuners du matin.

Chocolat. — Je ne crois pas devoir terminer cet entretien, sans te parler du chocolat qui joue un grand rôle dans l'alimentation. Sa valeur hygiénique

a été vivement discutée par les médecins; les uns le considèrent comme un excellent aliment facile à digérer; les autres, au contraire, ne voient dans le chocolat qu'un aliment lourd et comme tous les corps gras de difficile digestion. Ces contradictions ont été néanmoins plus apparentes que réelles, car nul ne discute au chocolat ses propriétés nourrissantes; malheureusement les chocolats ont été l'objet de nombreuses sophistications.

Le chocolat qui ne doit être qu'un mélange de cacao torréfié et pulvérisé, de sucre, et d'un aromate tel que la vanille ou la cannelle, a été bien souvent fabriqué sans cacao. On comprend dès lors, que les avis des hygiénistes aient été partagés sur la valeur de cet aliment.

Il n'est pas toujours facile de se procurer du bon chocolat, à moins de le faire fabriquer chez soi. Dans ce cas, le prix de revient est un peu supérieur, mais on est à l'abri des falsifications. Le chocolat cuit à l'eau, est un aliment très sain, très nourrissant, de facile digestion, tandis que préparé au lait cet aliment devient beaucoup plus indigeste. Cette boisson, comme le café au lait, est prise pour le déjeuner du matin.

Conservation des aliments. — J'avais eu la pensée de t'entretenir de la conservation des aliments par les divers procédés en usage, parmi lesquels tous ne donnent pas de très bons résultats, mais en examinant bien la question, je crois qu'il

vaut mieux que tu ne t'occupes pas de ces préparations. D'abord, autant que tu le pourras, tu ne devras consommer que des aliments frais et, dans le cas regrettable où il te faudrait avoir recours aux conserves alimentaires, il est préférable de t'adresser aux maisons spéciales qui, en présence de la grande concurrence commerciale, ne vendent pas à un prix beaucoup plus élevé que celui de revient; tu es ainsi toujours assurée d'avoir de bons produits parfaitement bien conservés. D'ailleurs, je ne connais que le procédé Appert, modifié, qui permette d'obtenir des résultats satisfaisants.

Ce procédé consiste à mettre les aliments à conserver, préalablement cuits, dans des boîtes en fer blanc que l'on plonge dans un bain-marie salé, afin de retarder l'ébullition jusqu'à 110°, et quand les boîtes ont subi l'action de la chaleur, que l'air chauffé s'est raréfié, on ferme avec un grain d'étain le trou laissé au couvercle pour laisser échapper la vapeur. Les fabricants de conserves sont arrivés à de très bons résultats pour les légumes, et quelques poissons fermes, mais les viandes de conserve ne doivent être servies qu'à défaut d'autres; je n'ai jamais ouvert de bonnes conserves pouvant être comparées à la viande fraîche.

Certaines personnes conservent le poisson cuit, dans des pots recouverts d'huile pendant toute l'année, mais les résultats ne sont jamais parfaits.

Depuis quelque temps, on conserve certains légumes par la *dessiccation*, procédé bien plus

économique que le procédé Appert. Il consiste à nettoyer, à éplucher, à diviser les légumes et à les soumettre sur des claies dans une étuve, à une température de 60 à 75°.

Boissons alcooliques.

Quoique les soins d'une cave n'incombent pas à la maîtresse de la maison, je ne crois pas devoir finir mes entretiens sans te parler du vin et des boissons alcooliques qui jouent un grand rôle dans l'alimentation.

Alcool. — Comme tu le sais, l'*alcool* est un produit de la fermentation que subissent, dans des circonstances déterminées, les matières végétales qui contiennent du sucre. Ce produit incolore est d'une saveur brûlante, à odeur forte et agréable. Pris à l'intérieur, il est stimulant, produit une fièvre passagère en surexcitant le système nerveux et ne donne à la nutrition que des matériaux insuffisants; l'abus peut amener différentes affections pathologiques; aussi qu'ils soient *secs*, ou mêlés avec du sucre sous le nom de *liqueurs*, l'usage trop abondant ou trop souvent répété doit en être proscrit. Pourtant, à cause de ses propriétés stimulantes, il est convenable d'avoir de bons alcools chez soi qui peuvent rendre à certains moments de précieux

services. C'est à la bonne fine champagne, au vrai rhum, à la chartreuse et surtout à l'élixir de la grande-chartreuse versé sur un morceau de sucre que l'on doit s'adresser pour obtenir de prompts résultats et réveiller momentanément les forces de l'organisme.

Vins. — Si l'alcool doit être considéré comme un remède, il n'en est pas de même du vin dont la valeur alimentaire n'a jamais été mise en doute par les meilleurs hygiénistes. L'usage doit en être modéré ; il ne doit être pris que dans les repas seulement et additionné de beaucoup d'eau.

Dans les dîners d'apparat, les vins ne peuvent se servir que dans un certain ordre qu'il est utile de connaître. Quelle que soit la provenance de ces produits, ils doivent être dégustés avant le repas par un palais habitué à reconnaître la moindre altération dans les vins. Si l'on est appelé à examiner plusieurs vins il faut avoir le soin de bien se rincer la bouche à l'eau froide après chaque essai. Le dégustateur habile s'assurera d'abord de la limpidité du vin en le versant dans un beau verre fin qu'il prendra par le pied et, après lui avoir imprimé un mouvement de rotation, il devra en aspirer le bouquet. Après cet essai, il doit le prendre dans la bouche en petite quantité, la langue doit le promener dans toute la cavité buccale et surtout au fond de la bouche, car c'est à la base de la langue que se trouvent les nombreuses papilles caliciformes

qui concourent mieux que toutes les autres à la fonction du goût.

Après s'être assuré de la bonne conservation des vins, il faut les monter soigneusement de la cave quelques heures avant le repas et ne les servir qu'à la température de la salle à manger. Cette élévation de température produit un excellent effet sur les vins en facilitant le développement du bouquet qui est, pour les euchulophiles, une des qualités essentielles.

Il n'y a pas de règle absolue pour servir les vins des divers crus dans un ordre plutôt que dans un autre; mais en général, les *bons crûs de l'Hérault*, d'excellente conservation tels que le *Saint-Georges*, le *Saint-Geniès*, le *Saint-Drézery*, le *Saint-Christol*. sont servis dans les bons diners comme vins ordinaires, les *vins blancs de Bordeaux*, tels que le *Sauterne*, le *Barsac*, le *Graves*, et les *vins blancs de Bourgogne*, tels que le *Meursault*, le *Chablis*, sont servis dès le début du repas quand on commence par les coquillages. Les *vins secs d'Espagne*, tels que le *Madère*, le *Xérès*, sont immédiatement servis après le potage. Les *vins du Rhin*, rarement bons dans le commerce, et fort chers, sont servis avec le poisson, mais je t'engage à donner la préférence aux excellents vins blancs des côtes du Rhône, tels que le *Côte-Rôtie*, le *Croze*, le *Tavel*, le *Cornas*, et surtout l'*Ermitage*. En thèse générale, les vins les plus alcooliques doivent être servis les premiers, et les vins les plus parfumés doivent être servis les derniers, parce qu'ils réveillent ainsi, pour chacun à

leur tour, une nouvelle sensation du goût. Par cette raison donc, les *vins rouges de Bourgogne*, tels que ceux des *côteaux de Nuits*, renfermant par ordre de valeur le *Chambertin*, le *Romanée*, le *Clos-Vougeot*, le *Nuits*; et ceux des *côtes de Beaune* renfermant le *Volnay*, le *Pomard*, le *Beaune*, seront bus les premiers. Ces vins, malgré leur richesse alcoolique qui s'élève de 12 à 13°, ne se conservent pas très longtemps. A ces produits délicats peuvent succéder les *vins rouges de Bordeaux*, dont la richesse alcoolique varie aux environs de 9 à 11°. Les premiers crus de Bordeaux sont ceux de Médoc : le *Château Lafite*, le *Château Margaux*, le *Château Latour*, le *Château Haut-Brion*; ensuite viennent le *Léoville*, le *Mouton-Branne*, le *Cos-d'Estournel*, et enfin, les *divers crus de Saint-Émilion*, dont la richesse alcoolique atteint 10 ou 11°. Ces bons crus de Bordeaux, auxquels les médecins donnent la préférence au point de vue hygiénique, se conservent plus longtemps que ceux de Bourgogne. Les bons vins des *côteaux du Rhône*, tels que le *Châteauneuf du Pape*, l'*Ermitage*, le *Côte-Rôtie*, le *Cornas*, le *Croze*, le *Tanel*, peuvent être considérés, surtout les deux premiers crus, comme les plus parfumés et réservés pour la fin du dîner. Les divers vins doux, tels que le *Muscat de Lunel*, le *Muscat Frontignan*, le *Tokay*, le *Chypre*, le *Constance*, le *Grenache*, etc., sont servis au dessert, et les *vins mousseux*, tels que le *Sillery*, l'*Ay*, le *Champagne*, sont réservés pour la fin et viennent remplir les verres de leur mousse argentine et pétillante.

Telles sont, ma chère Juliette, les notions que je désirais te donner sur la cuisine, notions dont la connaissance, à mon avis, est indispensable à toute jeune fille destinée, tôt ou tard, à la direction d'un ménage. Quoique incomplets, ces entretiens bien compris et fécondés par la pratique, te permettront de diriger intelligemment l'alimentation de ta maison et de fortifier un jour, peut-être, la santé de tes enfants. Dans la satisfaction de ce devoir accompli, tu trouveras, je l'espère, une large compensation de ta peine, comme je trouve moi-même un grand dédommagement de mon travail, dans l'espoir de t'être utile.

TABLE DES MATIÈRES

Pages.

PRÉFACE 1

PREMIER ENTRETIEN. — Utilité des connaissances culinaires..... 4

DEUXIÈME ENTRETIEN. — Historique de l'art culinaire. 8

TROISIÈME ENTRETIEN. — Des qualités nécessaires à l'amphitryon..... 32

QUATRIÈME ENTRETIEN. — De l'hygiène alimentaire... 47

CINQUIÈME ENTRETIEN. — Glossaire hygiènique et culinaire 56

SIXIÈME ENTRETIEN. — La cuisine et son utilité..... 117

SEPTIÈME ENTRETIEN. — Des potages 125

HUITIÈME ENTRETIEN. — Des sauces..... 138

NEUVIÈME ENTRETIEN. — Des hors-d'œuvres..... 161

Pages.

DIXIÈME ENTRETIEN. — Des poissons..... 173

ONZIÈME ENTRETIEN. — Des entrées chaudes..... 183

DOUZIÈME ENTRETIEN. — Des plats froids..... 212

TREIZIÈME ENTRETIEN. — Des rôtis..... 226

QUATORZIÈME ENTRETIEN. — Des entremets de légumes. 232

QUINZIÈME ENTRETIEN. — Des divers entremets de douceur..... 250

SEIZIÈME ENTRETIEN. — Du dessert..... 271

Pages.
173
183
212
226
232
250
271

TABLE ALPHABÉTIQUE

A

Abricots. — Les bonnes variétés, 275; — en beignets, 257.

Agneau. — Sa préparation, 96.

Alcool. — Son usage, ses effets, 284.

Alimentation (Effets des diverses), 49.

Aliments. — Leur conservation par le procédé Appert, 282.

Ananas à la Dauphine, 257; — en beignets, 257.

Anguilles, 179.

Art culinaire dans l'antiquité, 9; — chez les Grecs, 10; — chez les Romains, 16; — chez les Francs, 16; — au IXe siècle, 20; — au XVIe siècle, 21; — au XVIIe siècle, 23; — au XVIIIe siècle, 24.

Artichauts, 164, 236.

Asperges, 236; — en omelette. 238.

Aspic de volaille, 212.

Aubergines au gratin, 240; — frites, 239; — farcies, 241.

B

Banquets des Sophistes, 9; — du mariage de Henri IV, 23; — de Louis le Débonnaire, 25; — de la prise de Jérusalem, 26; — du chevalier au Cygne, 26; — de Philippe le Bon, 26; — de la ville d'Harfleur à François Ier, 27; — de l'abbé de Langy à l'évêque de Paris, 28; — de l'évêque de Foix, 29; — de l'évêque de la Marche, 29; — de l'évêque d'Étampes, 30; — donné au XVIe siècle, 30; — au XVIIe siècle, 31.

Béchamel, 165.

Beignets de fruits divers, 257; — souffles, 258.

Beurre, 163.

Blancs-mangers divers, 264.

Bœuf, 184; — bouilli, 188; — entrées, 186; — filet, 185; — à la mode, 187.

Boissons alcooliques, 284.

Bonbons, 273.

Bouchées diverses, 165.

Boudin noir, 198.

Bouillabaisse, 131.

Bouillons divers, 132.

Braise, 142.

Bromatologie, 46.

Brouet noir, 10.

C

Café, 278; — au lait, 281; — sa préparation, 280; — ses propriétés, 280; — sa torréfaction, 279.

Canard, 206.

Capitulaires de Charlemagne, 17.

Cardons, 236, 240.

Céleri, 243.

Cèpes, 241.

Cerises en beignets, 257; — les meilleures variétés, 274.

Cervelas, 163.

Cervelle de bœuf, 189; — de veau, 171.

Champignons frais, 240.

Chapon, 205.

Chaufroix, 219.

Chicorée, 243.

Chocolat, 281 ; — sa préparation, 282; — sa valeur alimentaire.
Choux, 236.
Clarification du sucre, 265.
Cochon, 196.
Coings, 277.
Compotes diverses, 267.
Concile d'Aix-la-Chapelle, 19.
Confitures de fruits, 269.
Connaissances culinaires nécessaires à une jeune fille.
Coquilles diverses, 166.
Conservation des aliments, 282.
Cornichons, 163.
Cotelettes d'agneau, 171.
Crème à la vanille, 253; — au bain-marie, 255 ; — glacée, 254 ; — pâtissière, 256.
Crevettes, 163.
Croquettes diverses, 167.
Croutes, 166.
Cuisine, 117; — son éclairage, 118; — son origine, 8; — ses ustensiles, 121.
Cuisinier sicilien (Le), 11.
Cuisson du sucre, 265.

D

Dessert, 271 ; — sa composition et son utilité, 272.
Devoirs de l'amphitryon.
Dinde.
Domus aurea de Néron, 14.

E

Ecrevisses, 163 ; — leur préparation, 181.
Entremets de douceur, 250 ; — de légumes, 232.
Epices. — Leurs propriétés, 111.
Epinards, 236.
Epigrammes diverses, 167.
Escargots, 179.
Euchulophilie ou amour de la bonne table, 6; 119.

F

Fèves fraîches, 236; — sèches, 234.
Foies gras en terrine, 221.
Fraises, 274.
Framboises, 274.
Fricandeau, 199.
Friture, 145.
Fromage, 272 ; — glacé, 273.
Fruits. — Leur introduction en France, 17 ; — leur valeur alimentaire, 106.

G

Galantine, 215.
Gastronomie (La), 6.
Gateaux, 273 ; — Importance qu'on attachait à la pâtisserie, 271.
Gelées à la groseille, 263 ; — à la violette, 261 ; — diverses, 263.
Glossaire hygiénique, 56.
Gras-double, 189.
Groseille, 275 ; — en gelée, 263.

H

Haricots secs, 234 ; — verts, 236.
Homard, 181.
Horly de filets de poissou, 168.
Hors-d'œuvre chauds, 183 ; — froids, 161.
Huitres fraiches, 162.

I

Inconvénients d'ignorer les premiers éléments de l'art culinaire, 120.

J

Jambon, 163 ; — glacé, 222.

L

Langoustes, 181.
Langue de bœuf, 189; — de mouton, 169, 195.
Lapereau, 209.
Lapin, 209.
Légumes frais, 236; — leur cuisson, 237; — leur conservation, 282; — leur dessiccation, 283.
Légumes secs, 233; — leur cuisson, 234.
Lentilles, 234.
Levraut, 209.
Lièvre, 209; — (civet de), 210.

M

Macaroni, 244.
Macédoine de fruits, 267; — de légumes, 237.
Mandement de Mgr de Saint-Simon, 19.
Marinade crue et cuite, 142.
Marmelades diverses, 207.
Matelote, 178.
Melon, 164.
Ménager de Paris (Le), 28.
Menu, 42; — d'apparat, 44.
Mirepoix, 144.
Miroton, 188.
Mise de table, 35.
Morilles, 240.
Morue, 179.
Mousse à la vanille, 255.
Mouton, 194; — les ragoûts, 194.

N

Navets, 236, 242
Nougat, 266

O

Œufs à la coque, 246; — brouillés, 216; — farcis, 248; — au miroir, 216; — en omelette, 247; — pochés, 246.
Oie, 206.
Oignons farcis, 241.
Omelette, 247; — à la confiture, 252; — au sucre, 251; — soufflée, 251.
Orange, 277.
Oseille, 244.

P

Pains de foie gras, 220.
Pains des Grecs, 12.
Pates diverses, 224; — à biscuit, 259; — brisée, 261; — à choux, 252; — de coings, 268; — à dresser, 260; — feuilletée, 261; — à frire, 144.
Patés de foie de cochon, 199; — divers, 224.
Pautomées, 163.
Pêches. — En beignets, 157; — les bonnes variétés, 275.
Perdreau rôti, 230; — aux choux, 208; — aux lentilles, 209.
Petits pois à la française, 238; — au jambon, 238; — leur conservation, 282.
Pickles, 163.
Pieds de mouton, 170; — de veau, 190; — truffés, 172.
Platine français (le).
Poêle, 143.
Pointes de houblon, 236.
Poirée, 243.
Poires. — Les bonnes variétés, 276; — à la Dauphine, 257; — en beignets, 257; — en compote, 267.
Poissons. — Leur description et valeur alimentaire, 57; — à l'huile, 162; — braisés, 175; — au court-bouillon, 175; — frits, 176; — grillés, 177; — en matelote, 178; — à la normande, 181; — pour entrée, 211.

Pommes, 276 ; — à la Dauphine, 256 ; — en beignets, 257 ; — en compote, 267 ; — les bonnes variétés, 276.

Pommes de terre, 224 ; — en croquettes, 224 ; — frites, 225 ; — soufflées, 236.

Potages, 125 ; — gras, 133 ; — maigres, 127 ; — aux purées diverses, 130.

Poulardes et Poules, 205.

Poulets, 202 ; — à la Marengo, 205 ; — sautés, 203.

Préparations diverses des viandes, 142.

Présure, 273.

Privilège du bourreau de Paris, 18.

Prunes, 275 ; — en compote, 267.

Puls, 13.

Q

Quenelles diverses, 167.

R

Radis, 164.

Raisiné, 268.

Relevés de poisson, 173 ; — de viande, 183.

Répression de l'intempérance au IXe siècle, 19.

Rillettes, 200.

Riz aux pommes, 251.

Rognons divers, 169.

Rôtis de poisson, 231 ; — de viande, 228.

S

Salle a manger chez les Grecs, 14 et 34.

Salpicon, 165.

Salsifis, 236, 241

Sandwichs, 164.

Sauces connues au XVe siècle, 21 ; — capitales, 151 ; — (considérations sur les), 128 ; — de réduction, 155 ; — simples, 146.

Saucisse, 197.

Saucisson, 163.

Scorsonère, 241.

Service à la française, 37 ; — à la russe, 38 ; — mixte, 39.

Sorbet, 254.

T

Taillevaut, 21.

Tête de veau, 170.

Thé, 280 ; — son usage, 281.

Tomate, 240.

Tranchouers, 29.

Triclinium, 34.

Truffes, 244.

V

Veau, 190 ; — les entrées, 191 ; en pâté, 223 ; — en galantine, 215.

Viandes. — Leur valeur alimentaire, 80.

Viandier (Le).

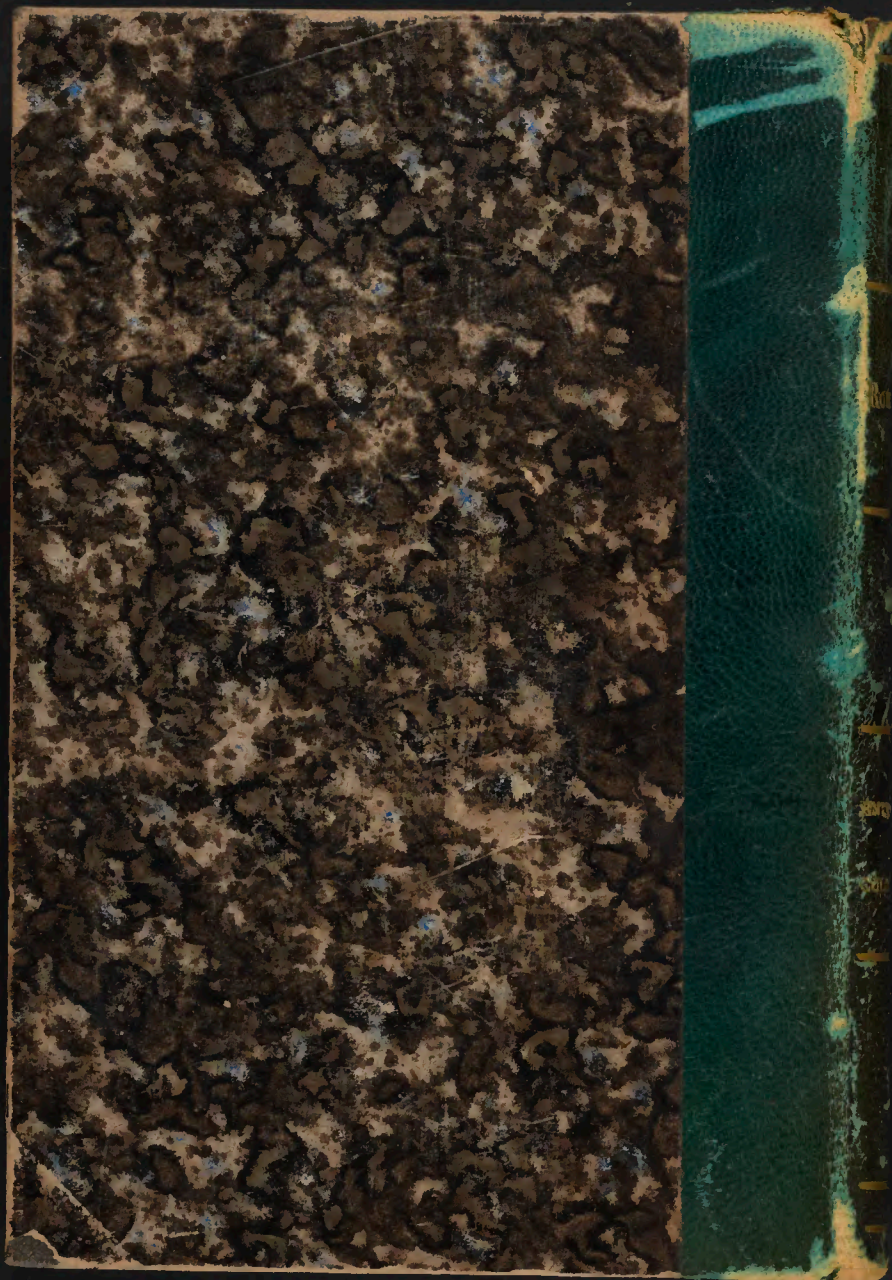
Vins, 284 ; — valeur alimentaire, 285 ; — liste des meilleurs crus, 286.

Volailles. — En aspic, 212 ; — au beurre de Montpellier, 219 ; — en chaufroix, 209 ; — galantine, 215 ; — en mayonnaise, 217 ; — préparations diverses, 212.

Bordeaux. — Imprimerie A. BELLIER et Cie, 16, rue Cabirol.

THE KATHERIN GOLDEN BITTING
COLLECTION ON GASTRONOMY
Presented by A. W. Bitting
October 6, 1939

Rouvière, F.

TX 719
.R 655
1890
Rare Bk
Coll

VJ46 12-28-88